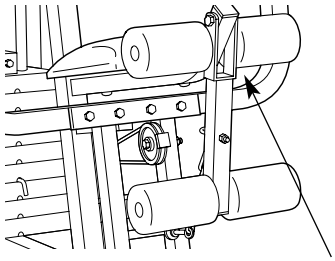
WEIDER 8530

Modelnr. WESY87300
Serienr. _____

Schrijf het serienummer in de lijn hierboven voor toekomstige referentie.



Serienummer Sticker (onder zitting)

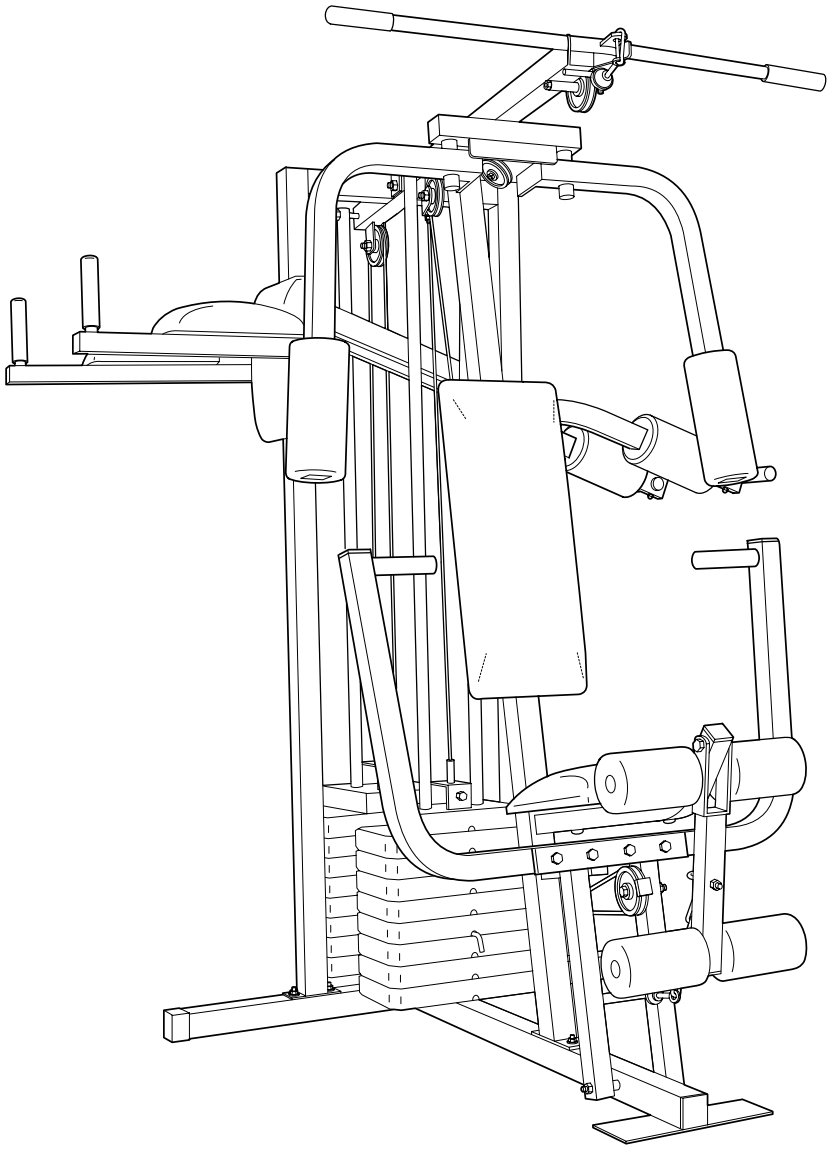
VRAGEN?

Mocht U nog vragen hebben, neem dan contact op met de winkel waar u dit apparaat hebt gekocht.

WAARSCHUWING:

Lees alle voorzorgsmaatregelen en instructies in deze handleiding zorgvuldig voor gebruik. Bewaar deze handleiding voor toekomstige referentie.

KLASSE H C
Fitness Produkt



GEBRUIKERSHANDLEIDING

INHOUD

BELANGRIJKE VOORZORGSMAATREGELEN 2
VOORDAT U BEGINT 3
MONTAGE 4
HET IN GEBRUIK NEMEN VAN DE HOME GYM SYSTEM 15
OPLOSSEN VAN PROBLEMEN EN ONDERHOUD 18
DIAGRAM VAN DE KABEL 19
HET BESTELLEN VAN VERVANG ONDERDELEN . . . . . .Laatste Pagina

Aandacht: Een ONDERDELEN IDENTIFICATIE KAART en een ONDERDELEN LIJST/GEDETAILLEERDE TEKENING bevinden zich in het midden van de handleiding. Verwijder deze voordat u met de montage van dit apparaat begint.

BELANGRIJKE VOORZORGSMAATREGELEN

WAARSCHUWING: Om het risico van verwondingen te vermijden, dient u voor het gebruik van de home gym system de volgende voorzorgsmaatregelen door te lezen.

1. **Lees alle instructies in deze handleiding en bijgaande informatie voordat U de weight system gebruikt.**
2. **Gebruik de weight system alleen op een vlakke ondergrond. Leeg een kleed onder de weight system om de vloer te beschermen.**
3. **Inspecteer voor elk gebruik de weight system en draai alle onderdelen vast. Vervang versleten onderdelen meteen.**
4. **Houdt kinderen jonger dan 12 en huisdieren te allen tijde bij de weight system vandaan.**
5. **Laat de drukarm, de vlinderarmen, de armen van de hurkoefening, de beenontwikkelaar, de stang of nylon beugel nooit schieten wanneer u zware gewichten gebruikt. De gewichten zullen anders met grote kracht neerslaan.**
6. **Laat nooit meer dan een persoon op het apparaat oefenen**
7. **Draag ter bescherming altijd sportschoenen.**
8. **Om te voorkomen dat de weight system omvalt tijdens sommige oefeningen, dient U altijd op de voetplaat te gaan staan.**
9. **Houdt uw handen en voeten weg van bewegende onderdelen.**
10. **Houdt uw handen van de staander van de armen van de hurkoefening vandaan wanneer u de armen van de hurkoefening gebruikt. Uw hand kan tussen de staander en de arm bekneld raken.**
11. **Inspecteer de kabels bij elk gebruik van dit apparaat. Zorg ervoor dat de kabels zich te allen tijde in de katrollen bevinden. Stop meteen wanneer de kabels vastlopen tijdens het oefenen en zorg ervoor dat de kabels zich in de katrollen bevinden. Vervang de kabels iedere twee jaar.**
12. **<u>Verwijder de rekstang als u het niet meer nodig hebt en met andere oefeningen bezig bent. Dit voorkomt dat de stang in de weg gaat zitten.</u>**
13. **Als U zich niet lekker voelt of pijn voelt tijdens het trainen, stop dan onmiddellijk en begin een cooling down oefening.**
14. **Zorg ervoor dat u altijd de sluitpennen en slotten in de gewichtsgeleider plaatst na het trainen op de home gym system (zie pagina 16).**
15. **Deze weight system is ontworpen voor in huis gebruik. Deze weight system is niet bedoelt voor verhuur of enig ander commercieel doeleind.**

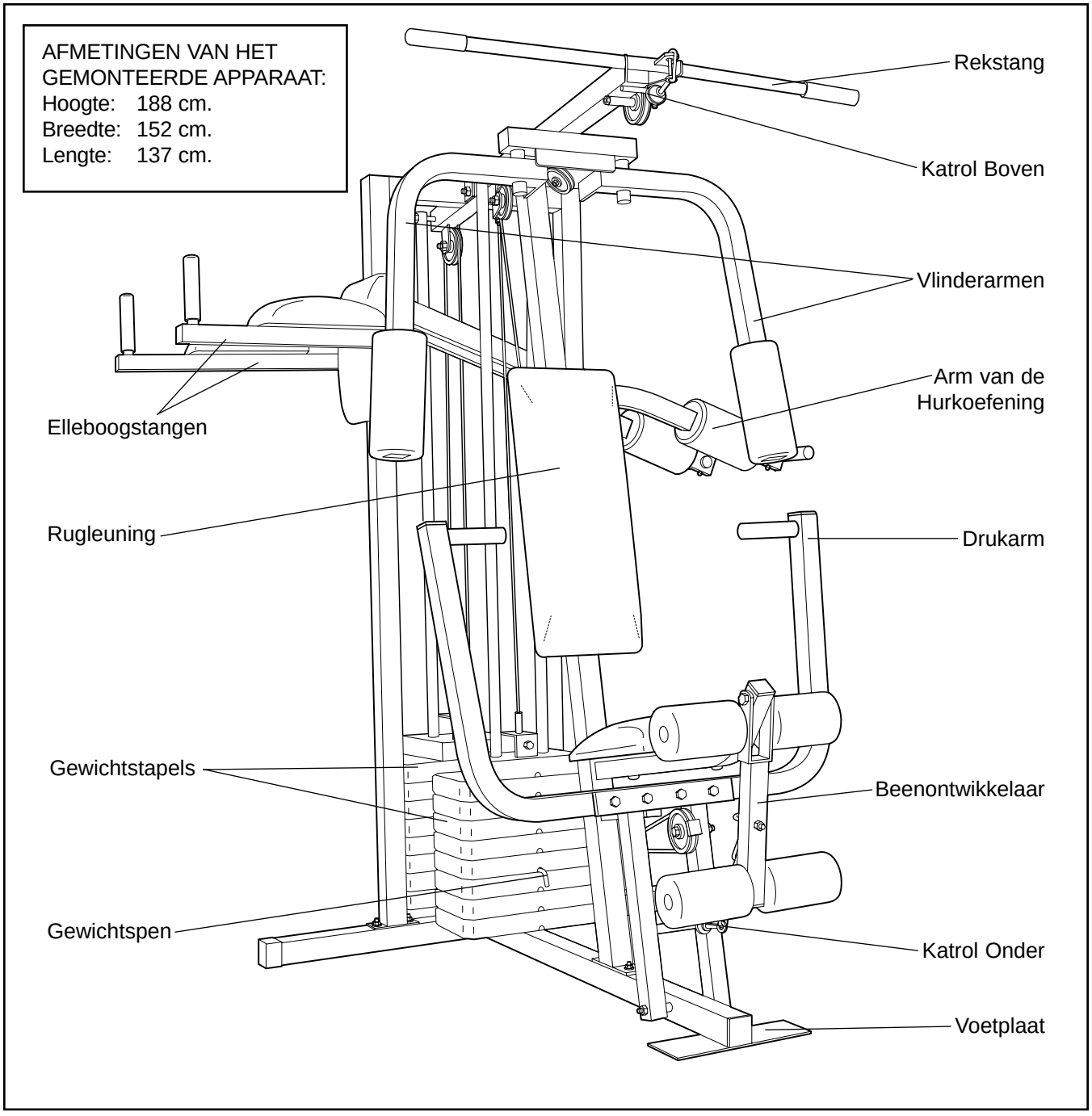
WAARSCHUWING: Raadpleeg uw arts voordat U begint met dit of ieder ander oefenprogramma. Dit is bijzonder belangrijk voor personen boven de 35 jaar en of personen die gezondheidsproblemen hebben of die ze gehad hebben. ICON is niet aansprakelijk voor persoonlijk letsel of schade aan eigendom door het gebruik van dit apparaat.

BEFORE YOU BEGIN

Fijn dat u de veelzijdige WEIDER® 8530 hebt gekozen. De WEIDER 8530 biedt een reeks van indrukwekkende gewichtsposities aan ontworpen om alle belangrijke spiergroepen in uw lichaam te ontwikkelen. De 8530 zal U helpen de conditie van uw cardiovasculair systeem te verbeteren, U een fitter gevoel te geven, of leiden tot een drastische toename van uw spiermassa en spiersterkte. De 8530 zal U een specifiek resultaat opleveren.

Lees voor het gebruik van de WEIDER® 8515 deze handleiding zorgvuldig door. Mocht u nog vragen hebben neem dan contact op met de winkel waar u dit apparaat hebt gekocht. Zorg dat u de volgende informatie bij de hand hebt. Het modelnummer is WESY87300. Het serienummer staat op een sticker die u op de WEIDER 8530 kunt vinden (zie de eerste pagina van deze handleiding).

Voordat u verder gaat met lezen, bekijk a.u.b de volgende tekening aandachtig om bekend te raken met de verschillende onderdelen.

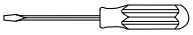
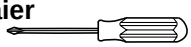
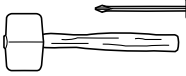


MONTAGE

Lees de instructies en informatie zorgvuldig voor dat u met de montage begint:

- Plaats alle onderdelen van de WEIDER 8530 in een vrije ruimte en verwijder het verpakkingsmateriaal. Gooi deze pas weg wanneer de montage voltooid is.
- De montage bevat 5 verschillende stappen: 1) montage van het onderstel, 2) montage van de druk- en vlinderarm, 3) montage van de kabel en katrol, 4) montage van de zitting en rugleuning, en 5) montage van de elleboogstang. De moeren en bouten voor iedere stap zijn apart verpakt.
- **Gebruik de ONDERDELEN IDENTIFICATIE KAART in het midden van deze handleiding om U te helpen in het gebruik van de kleine onderdelen.** Aandacht: Sommige kleine onderdelen zijn al samengesteld om het verzenden te vergemakkelijken. Als U een onderdeel niet in de zak met onderdelen kunt vinden, bekijk dan het apparaat om te zien of het al samengesteld is.
- Alle onderdelen moeten zich net als in de tekeningen getoond is bevinden. Draai alle onderdelen goed vast, tenzij anders wordt aangeduidt.

U HEBT HET VOLGENDE (NIET INBEGREPEN) GEREEDSCHAP NODIG VOOR MONTAGE:

- **Twee (2) engelse sleutels**
- **Een (1) schroevendraaier** 
- **Een (1) kruiskopschroevendraaier** 
- **Een (1) rubberen hamer** 
- **Een smeermiddel zoals vet of vaseline en wat zeepwater zal u ook nodig hebben.**

Om de montage te vergemakkelijken kunt u ook het volgende gereedschap gebruiken: Schroefsleutels, een dopendoos, of palrad.

MONTAGE VAN HET ONDERSTEL

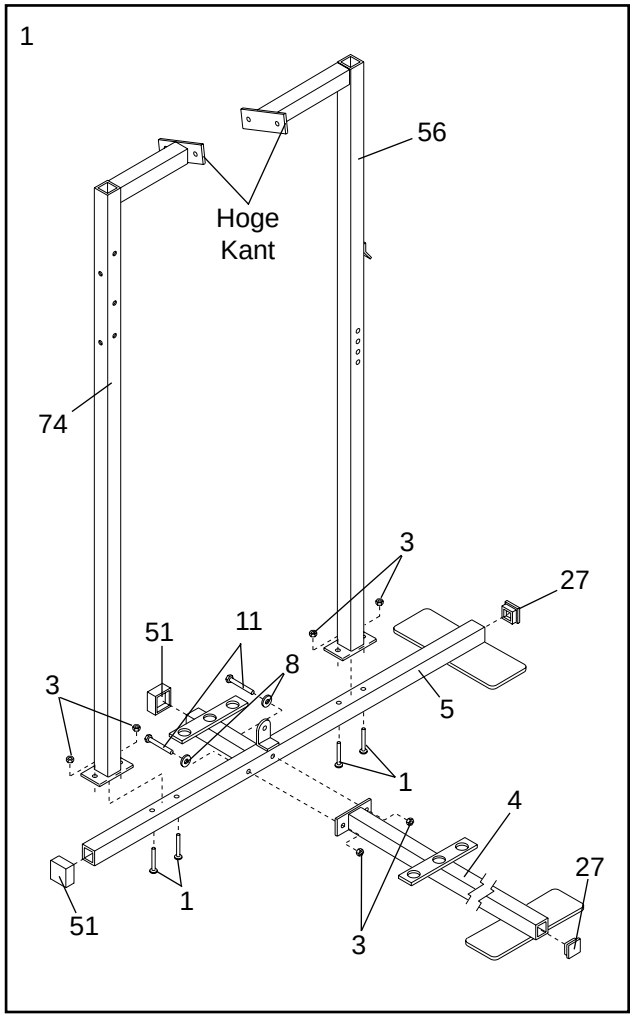
1. **Zorg ervoor dat u de instructies hierboven zorgvuldig lees voordat u met de montage begint..**

   Druk een 2” Binnenkapje (27) in het aangegeven eind van de Stabilisator (5). Steek een 2” Buitenkapje (51) in de andere twee gaten in de Stabilisator. Steek een 2” Binnenkapje (27) in het uiteinde van de Basis (4).

   Steek vier 5/16” x 2 1/2” Draagbouten (1) door de Stabilisator (5).

   Maak de Basis (4) aan de Stabilisator (5) vast met twee 5/16” x 2 3/4” Draagbouten (11), twee 5/16” Platte Tussenringen (8), en twee 5/16” Nylon Borgmoeren (3). **Draai de Borgmoeren nog niet te vast aan.**

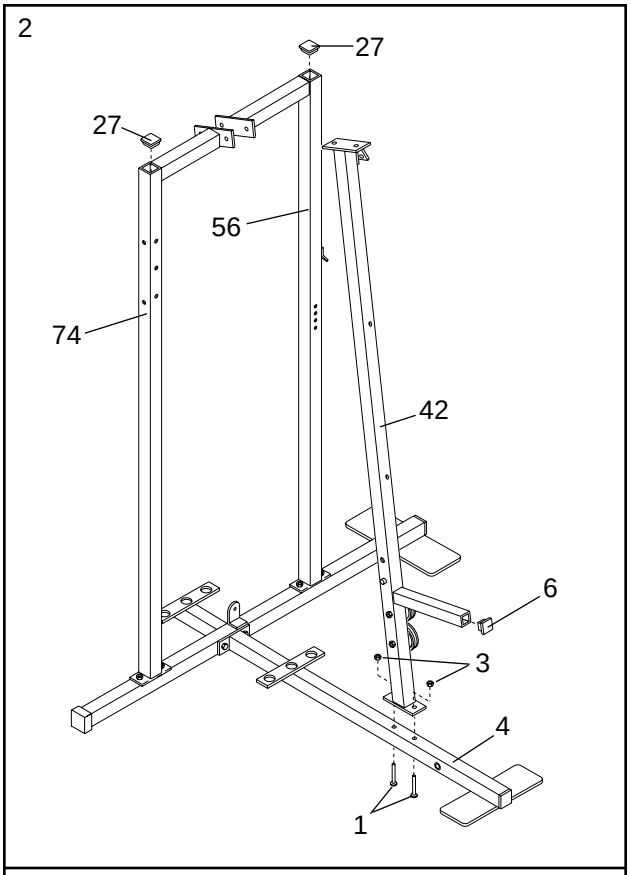
   Plaats de Staander van de Elleboogstang (74) en de Staander van de Arm van de Hurkoefening (56) op de 5/16” x 2 1/2” Draagbouten (1) die zich in de Stabilisator (5) bevinden. **De hoge kant van de houders van de Staander van de Elleboogstang en de Staander van de Arm van de Hurkoefening moeten zich aan de aangegeven kant bevinden.** Draai de vier 5/16” Nylon Borgmoeren (3) handmatig vast op de Draagbouten. **Draai de Nylon Borgmoeren nog niet te vast aan.**



2. Steek twee 5/16” x 2 1/2” Draagbouten (1) door de Basis (4).

   Plaats de Voorste Staander (42) op de 5/16” x 2 1/2” Draagbouten (1) die zich in de Basis (4) bevinden. Draai een 5/16” Nylon Borgmoer (3) handmatig op de Bout vast. **Draai de Nylon Borgmoer nog niet te vast aan.**

   Steek een 1” Binnenkapje (6) in de Voorste Staander (42). Druk een 2” Binnenkapje (27) in de Staander van de Arm van de Hurkoefening (56). Druk ook een 2” Binnenkapje in de Staander van de Elleboogstang (74).

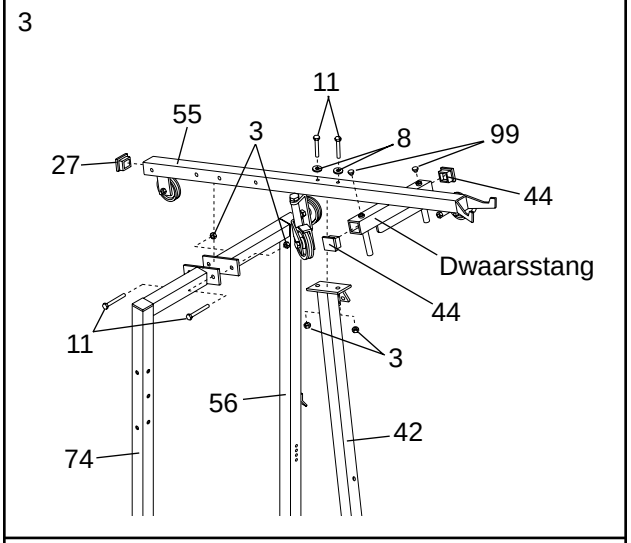


3. Steek een 2” Binnenkapje (27) in het uiteinde van de Bovenste Staander (55). Steek een 1 3/4” Binnenkapje (44) in beide einden van de dwaarsstang van de Bovenste Staander. Druk twee 1” Binnenkapjes (99) in de bovenkant van de dwaarsstang.

   Maak de Bovenste Staander (55) aan de Voorste Staander (42) vast met twee 5/16” x 2 3/4” Bouten (11), twee 5/16” Platte Tussenringen (8), en twee 5/16” Nylon Borgmoeren (3).

   Maak de Bovenste Staander (55) aan de Staander van de Elleboogstang (74) en de Staander van de Arm van de Hurkoefening (56) vast met twee 5/16” x 2 34” Bouten (11) en twee 5/16” Nylon Borgmoeren (3).

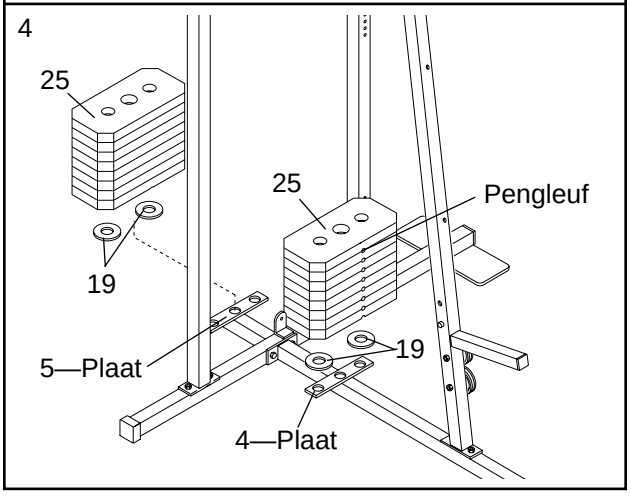
   Draai alle Borgmoeren van stappen 1 tot en met 3 goed vast.



4. Plaats twee Gewichtbumpers op de aangegeven plaat van de Basis (4). Plaats twee Gewichtbumpers op de aangegeven plaat van de Stabilisator (5).

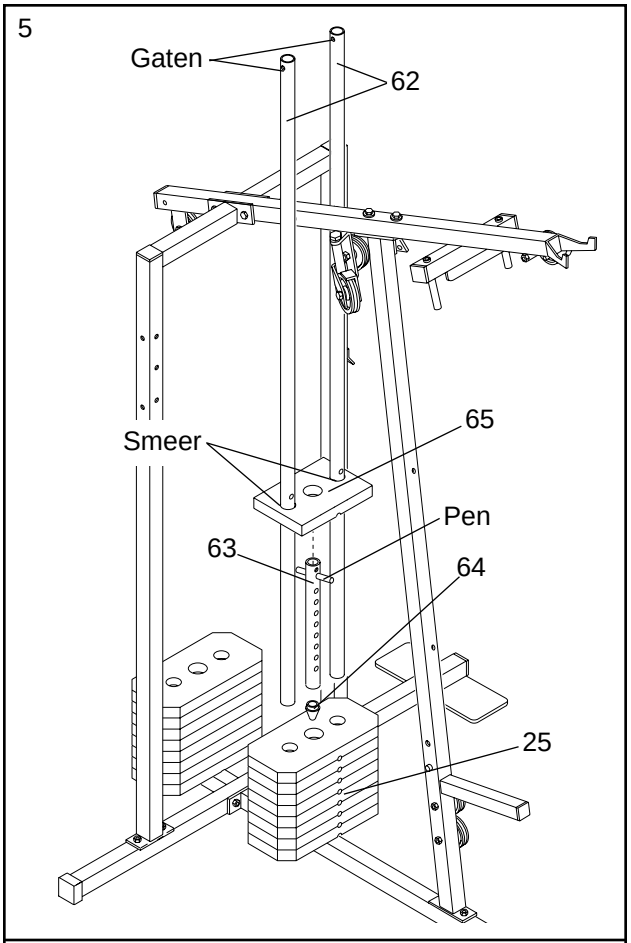
   Plaats acht Gewichten (25) op beide Gewichtbumpers (19). **Zorg ervoor dat de pengleuven van de gewichten zich aan dezelfde kanten bevinden.**

   Zorg ervoor dat u de stapel met Gewichten (5) niet omduwt totdat stap 6 voltooid is.



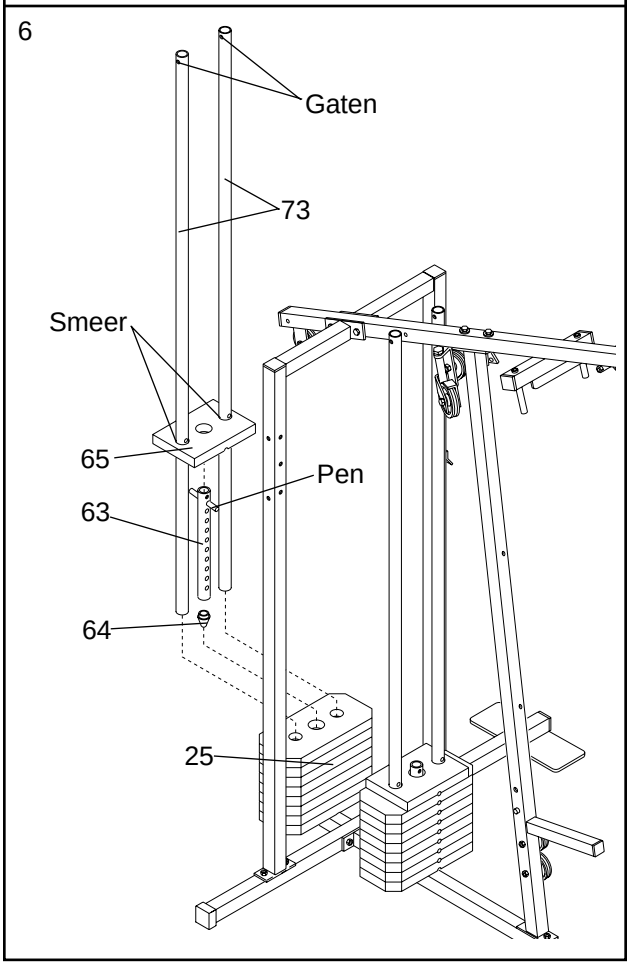
5. Steek een Bumper van de Gewichtsbuis (64) in het uiteinde van de Gewichtsbuis (63). Steek de Gewichtsbuis in de voorste stapel met Gewichten (25). **Zorg ervoor dat de pennen van de Gewichtsbuis zich in de pengleuven van het bovenste Gewicht bevinden.**

   Smeer de binnenkant van de gaten van het Bovenste Gewicht (65) met wat vet in. Plaats het Bovenste Gewicht op de voorste stapel met Gewichten (25). Steek beide Lange Gewichtsgeleiders (62) door de stapel met Gewichten. **Zorg ervoor dat de aangegeven gaten in de Lange Gewichtsgeleiders zich aan de goede kant bevinden.**



6. Steek een Bumper van de Gewichtsbuis (64) in het uiteinde van de andere Gewichtsbuis (63). Steek de Gewichtsbuis in de achterste stapel met Gewichten (25). **Zorg ervoor dat de pennen van de Gewichtsbuis zich in de pengleuven van het bovenste Gewicht bevinden.**

   Smeer de binnenkant van de gaten van het andere Bovenste Gewicht (65) met wat vet in. Plaats het Bovenste Gewicht op de achterste stapel met Gewichten (25). Steek beide Korte Gewichtsgeleiders (73) door de stapel met Gewichten. **Zorg ervoor dat de aangegeven gaten in de Korte Gewichtsgeleiders zich aan de goede kant bevinden.**



7. Bevestig de bovenkanten van de Lange Gewichtsgeleiders (62) aan de Bovenste Staander (55) met een 5/16” x 6” (60), twee 1/2” x 3/4” Tussenstukken (61) en een 5/16” Nylon Borgmoer (3).

   Zorg ervoor dat de Houder van de Katrol (20) zich rechts voor van de Lange Gewichtsgeleider (62) bevindt zoals aangegeven.

   Bevestig de bovenkanten van de Korte Gewichtsgeleider (73) aan de Bovenste Staander (55) met een 5/16” x 6” Bout (60), twee 1/2” x 3/4” Tussenstukken (61), en een 5/16” Nylon Borgmoer (3).

8. Plaats een 1” x 7/8” Plastic Beschermer (90) op beide gelaste tussenstukken van het Onderstel van het Drukfiguur (17). Plaats het Onderstel van het Drukfiguur op de Basis (4). **Aandacht: Dit kan wat krap zijn. De Plastic Beschermers moeten net op de buisjes van de Basis passen. Zorg ervoor dat de katrollen zich aan de goede kant bevinden zoals aangegeven is.**

   Smeer de 3/8” x 8” Bout (59) met wat vet in. Maak het Onderstel van het Drukfiguur (17) op de Basis (4) vast met de 3/8” x 8” Bout en een 3/8” Nylon Borgmoer (21).

9. Maak het handvat van de Drukarm (46) met wat zeepwater nat. Plaats een 5” Plastic Handvat (83) op het handvat. Steek een 1” Rond Binnenkapje (49) in het andere eind van het handvat. Steek een 1 3/4” Binnenkapje (44) in de Drukarm.

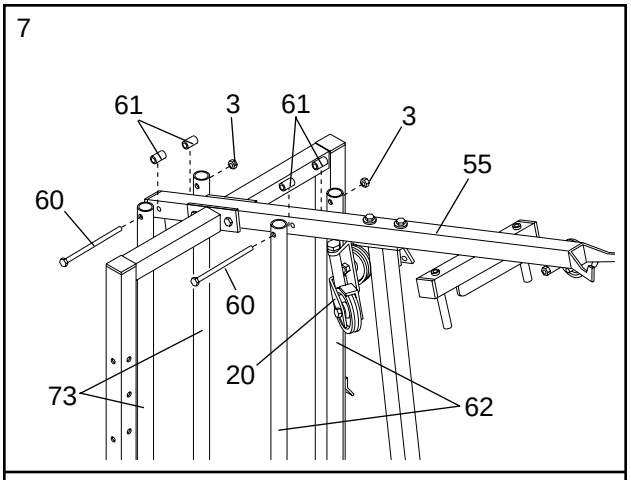
   Maak de Drukarm (46) aan de ene kant van het Onderstel van het Drukfiguur (17) vast met twee 5/16” x 2 1/2” Bouten (22) en twee 5/16” Nylon Borgmoeren (3).

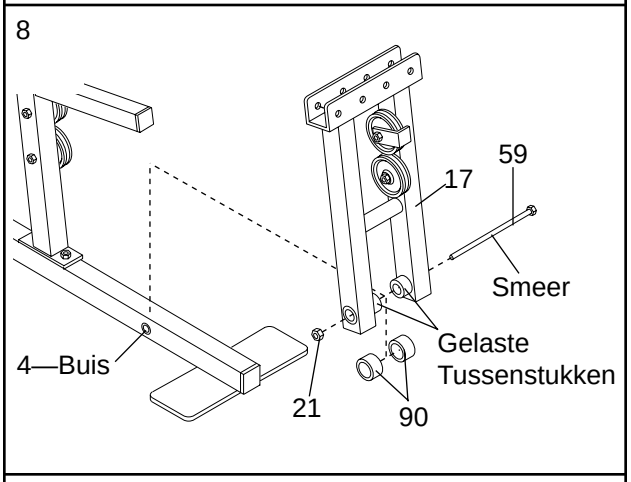
   Maak de andere Drukarm (46) op dezelfde manier vast.

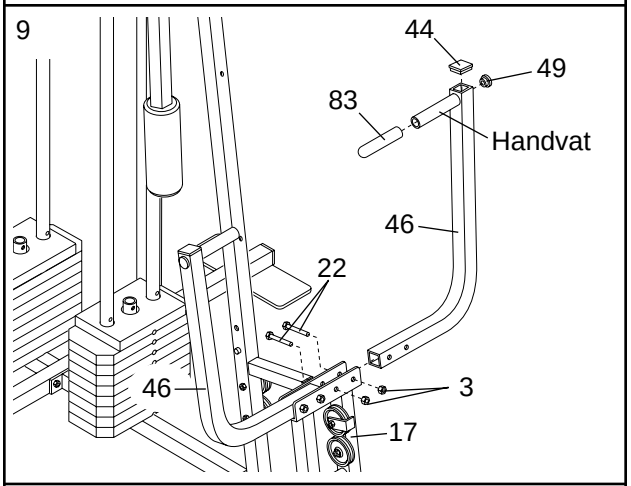
10. Zorg ervoor dat u de Rechter Arm (48) van de Linker Arm (47) kunt onderscheiden. Let op de positie van het gelaste hoekijzer op de Arm. **Het identificeren van de Arm is zeer belangrijk gedurende montage stap 11.**

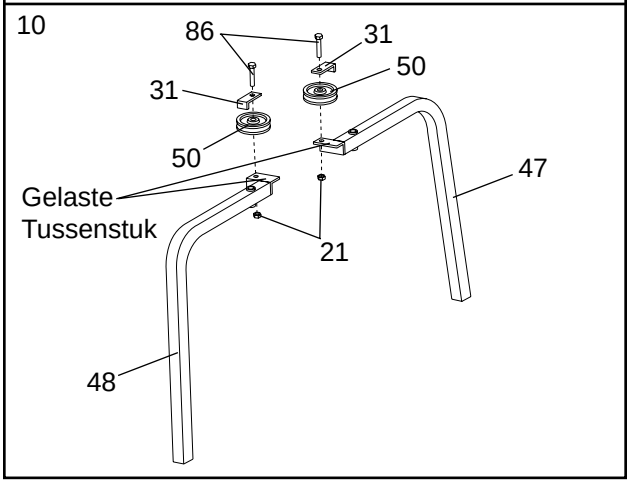
    Maak een “V”-Katrol (50) en een Lange Kabelklem (31) aan de Rechter Arm (48) met een 3/8” x 2 1/2” Bout (86) en een 3/8” Nylon Borgmoer (21).

    Maak een “V”-Katrol (50) en een Lange Kabelklem (31) aan de Rechter Arm (47) op dezelfde manier vast.









11. Smeer beide assen van de Bovenste Staander (55) met wat vet in.

    Schuif de Rechter Arm (48) op de rechteras. **Zorg ervoor dat u de Rechter Arm van de Linker Arm (47) kunt onderscheiden. Bekijk de positie van de "V"-Katrol (50) om de identificatie te kunnen vergemakkelijken. Zorg ervoor dat de bovenkant van de Rechter Arm zich achter de aangegeven plaat van de Bovenste Staander (55) bevindt.**

    Plaats twee 1" Sterringen (69) en een 1" Rond Kapje (70) op de as. **Zorg ervoor dat u de Sterring zodanig op de as plaats dat de tanden van de Sterring naar het Rond Kapje wijzen.**

    Maak de Linker Arm (47) op dezelfde manier vast.

    Steek 1 3/4" Binnenkapjes (44) in de onderkant van de Linker en Rechter Armen (47, 48). Maak de onderkant van iedere Arm met wat zeepwater nat. Schuif een 10" Schuimrubberen Kussentje op beide Armen.

12. Steek twee 1" x 2" Binnenkapjes (87) op de aangegeven einden van de Arm van de Hurkoefening (84).

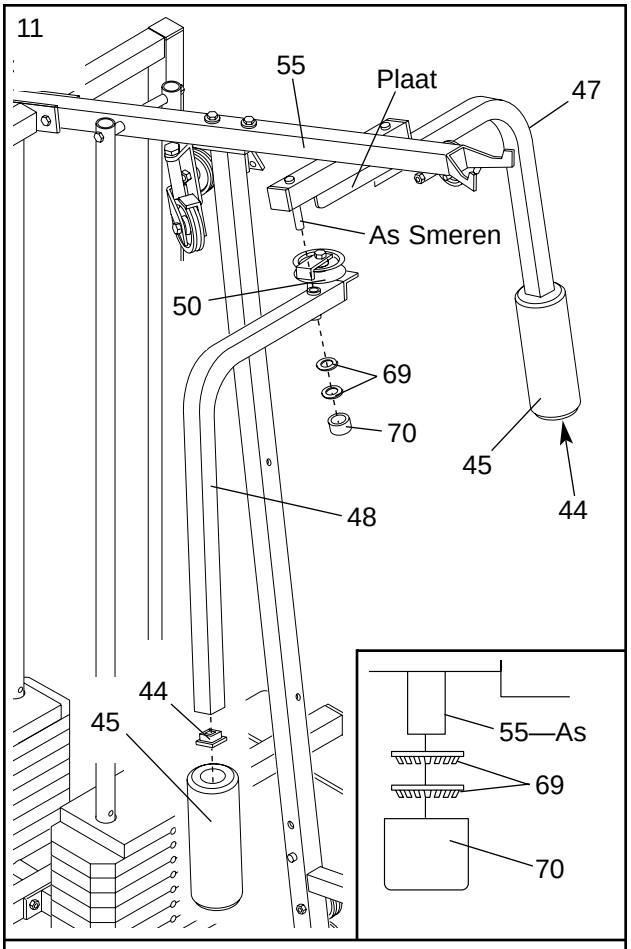
    Maak de Arm van de Hurkoefening (84) aan de Staander van de Elleboogstang (74) vast met een 3/8" x 5 1/2" Bout (93) en een 3/8" Nylon Borgmoer (21). **Zorg ervoor dat de aangegeven plaat naar beneden wijst zoals aangegeven is.**

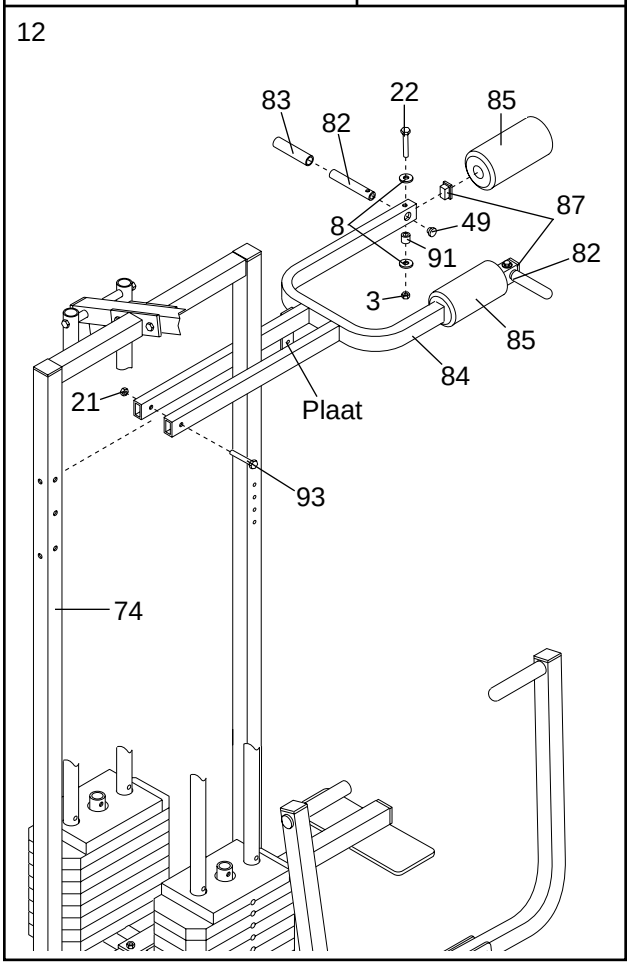
    Maak de Arm van de Hurkoefening (84) met wat zeepwater nat. Schuif twee Schuimrubberen Kussentjes van de Arm van de Hurkoefening (85) op de Arm van de Hurkoefening.

    Maak een Handvat (82) aan de ene kant van de Arm van de Hurkoefening (84) met een 5/16" x 2 1/2" Bout (22), twee 5/16" Platte Tussenringen (8), een 1/2" x 17/32" Tussenstuk (91), en een 5/16" Nylon Borgmoer (3).

    Maak het Handvat (82) met wat zeepwater nat. Schuif een 5" Plastic Handvat (83) op het Handvat. Steek een 1" Rond Binnenkapje (49) in het andere eind van het Handvat.

    Maak het andere Handvat (82) aan de andere kant van de Arm van de Hurkoefening (84) op dezelfde manier vast.





MONTAGE VAN DE KABEL

Bekijk de diagram van de kabel op pagina 19 van deze handleiding voor de montage van de kabels en van de katrollen in stappen 13 tot en met 25. Let op de posities van de kabelklemmen en de lengtes van de drie kabels. BELANGRIJK: Draai de bouten en de moeren van de katrollen niet te vast aan. De katrollen moeten vrij kunnen draaien.

13. **Identificeer de Middelste Kabel (58).** Leg de Middelste Kabel rond de aangegeven 3 1/2” Katrol (15) van de Bovenste Staander (55) heen. **Zorg ervoor dat de bal zich aan de aangegeven kant van de Katrol bevindt en dat de kabel tussen de haak en de Katrol loopt.** Draai de 3/8” x 3 3/4” Bout (88) en de 3/8” Nylon Borgmoer (niet getoond) vast.

14. Leg de Middelste Kabel (58) rond een V”-Katrol (50). Maak de “V” Katrol en een Lange Kabelklem (31) aan het aangegeven hoekijzer van de Voorste Staander (42) vast met een 3/8” x 2 1/2” Bout (86) en een 3/8” Nylon Borgmoer (21). **Draai de Lange Kabelklem zodanig deze de Kabel op zijn plaats houdt.**

    Leg de Middelste Kabel (58) rond de “V”-Kabel (50) van de Linker Arm (47). **Zorg ervoor dat de Kabel zich in de gleuf van de Katrol bevindt en dat de Lange Kabelklem (31) de Kabel op zijn plaats houdt.** Draai de 3/8” x 2 1/2” Bout (86) en de 3/8” Borgmoer (niet getoond) vast.

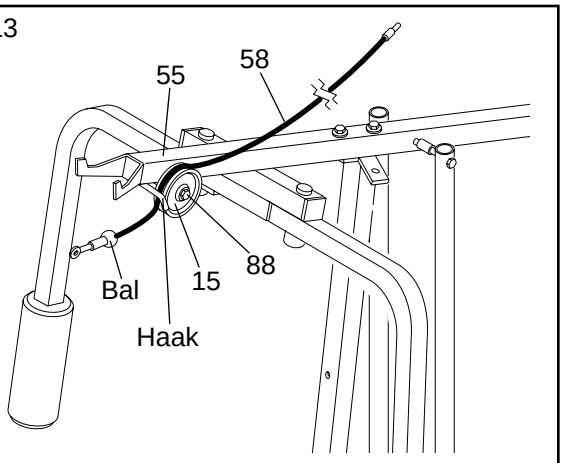
15. Leg de Middelste Kabel (58) rond de “V”-Katrol (50) van de Rechter Arm (58). **Zorg ervoor dat de Kabel zich in de gleuf van de “V”-Katrol bevindt en dat de Lange Kabelklem (31) de Kabel op zijn plaats houdt.** Draai de 3/8” x 2 1/2” Bout (86) en de 3/8” Nylon Borgmoer (niet getoond) vast.

    Leg de Middelste Kabel (58) rond de 3 /2” Katrol (15) van de Houder van de Katrol (20). **Zorg ervoor dat de Kabel in de gleuf van de Katrol ligt en dat de Kabelklem (66) de Kabel op zijn plaats houdt.** Draai de 3/8” Nylon Borgmoer (21) en de 3/8” x 2” Bout (niet getoond) vast. Draai de 5/16” x 5” Bout (68) en de 5/16” Nylon Borgmoer (niet getoond) vast. Zorg ervoor dat de Houder van de Katrol vrij kan bewegen.

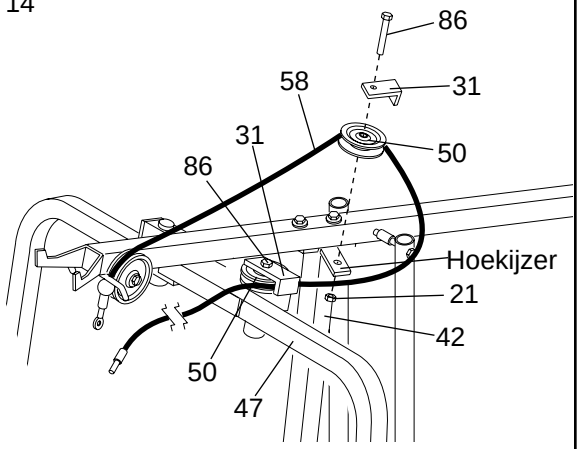
16. Bekijk de tekening aandachtig. Verwijder de 3 1/2” Katrol (15) als de Katrol al aan het Lange “U” Hoekijzer (57) gemonteerd is. Leg de Middelste Kabel (58) rond de 3 1/2” Katrol. Bevestig de Katrol met twee Katrol Kapjes (96) aan het Lange “U” Hoekijzer met de 3/8” x 2” Bout (12) en een 3/8” Nylon Borgmoer (21). **Zorg ervoor dat de Katrol Kapjes zodanig gedraaid zijn dat de brede lippen zich in de zes uur positie bevinden.**

    Zorg ervoor dat de Kabel in de gleuf van de Katrol ligt en dat de Kabel en Katrol vrij kunnen bewegen.

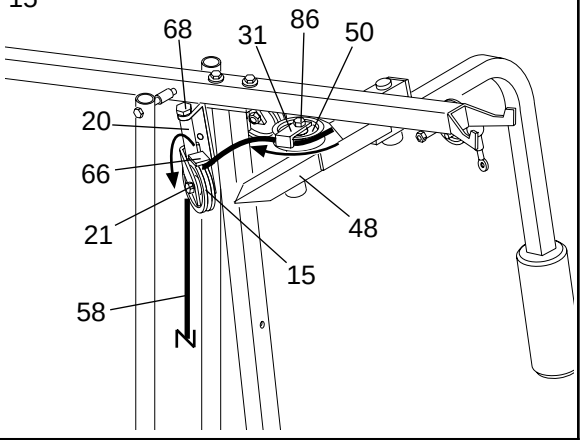
13



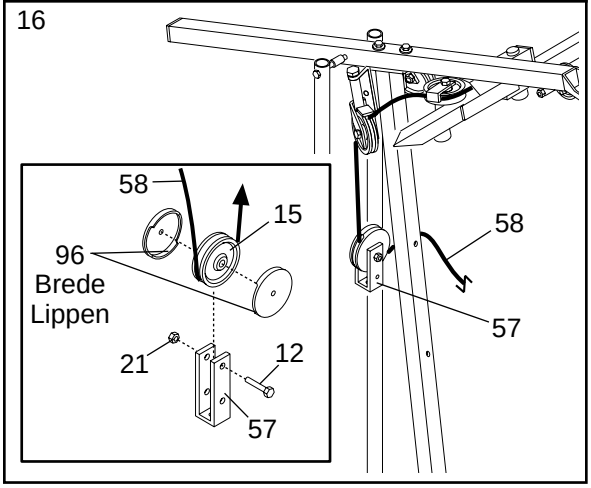
14



15



16



17. Leg de Middelste Kabel (58) rond de 3 1/2” Katrol (15) die bevestigt is aan de houder van de Bovenste Staander (55). Draai de 3/8” x 2” Bout (12) en de 3/8” Nylon Borgmoer (21) vast. (Aandacht: Deze Katrol is al gemonteerd. Het wordt hier getoond om het identificeren van onderdelen te vergemakkelijken). **Zorg ervoor dat de Kabel in de gleuf van de Katrol ligt en dat de Kabel en Katrol vrij kunnen lopen.**

18. Verwijder de 3 1/2” Lage Katrol (95) van het Onderstel van het Drukfiguur (17). Maak de Katrol met het 5/8” x 9/16” Tussenstuk (7) tussen de Katrol en het Onderstel vast. **Draai de 3/8” Nylon Borgmoer (21) handmatig vast.**

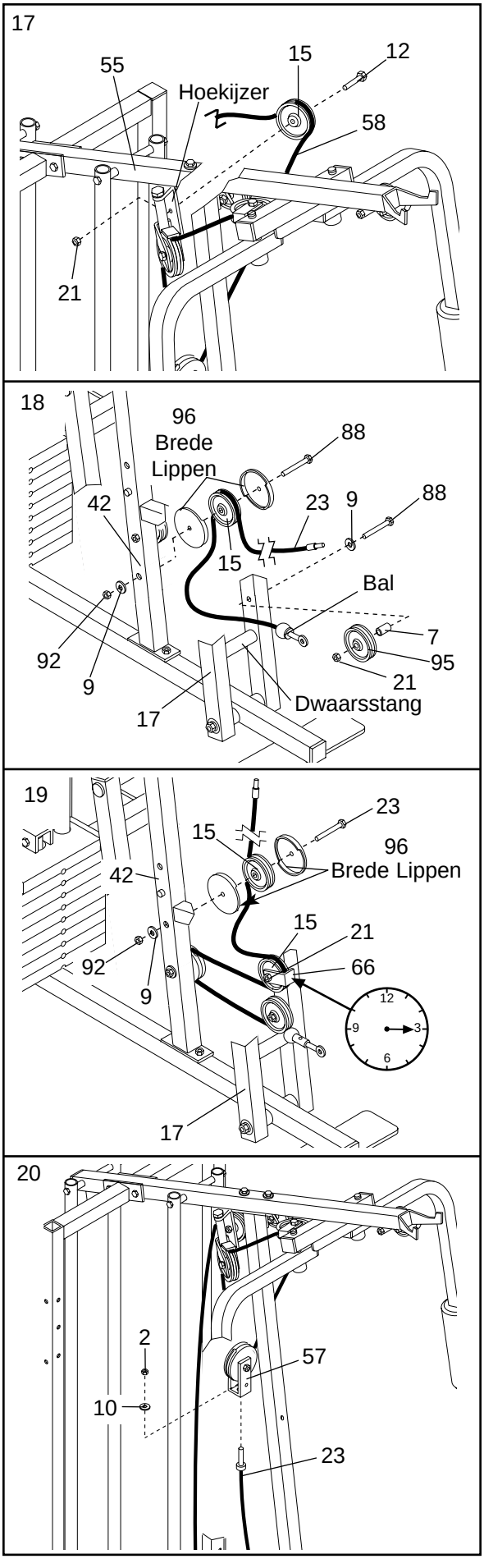
    Identificeer de Korte Kabel (23). Leg de Korte Kabel onder de 3 1/2” Lage Katrol (95) die aan het lagere gaat van het Onderstel van het Drukfiguur (17) bevestigt is door. **Zorg ervoor dat het eind van de Kabel met bal zich aan de aangegeven kant van het Onderstel van het Drukfiguur bevindt en dat de Kabel tussen de Katrol en de dwaarsstang van het Onderstel van het Drukfiguur loopt.** Draai de 3/8” Nylon Borgmoer (21) vast.

    Verwijder de 3 1/2” Katrol (15) als de Katrol al aan de Voorste Staander (42) gemonteerd is. Leg de Korte Kabel (23) rond de Katrol. Maak de Katrol en de twee Katrol Kapjes (96) aan het lagere gaat van de Voorste Staander vast met de 3/8” Nylon Klemmoer (92), de 3/8” Platte Tussenring (9) en de 3/8” x 3 3/4” Bout (88). **Zorg ervoor dat de brede lippen van de Katrol Kapjes zich in de negen uur positie bevinden.**

19. Leg de Korte Kabel (23) rond de 3 1/2” Katrol (15) die aan het bovenste gaat van het Onderstel van het Drukfiguur (17) bevestigt is. **Zorg ervoor dat de Kabelklem (66) zich in de drie uur positie bevindt en dat de Kabel goed rond de Katrol ligt. Bekijk daarvoor de tekening aandachtig.** Draai de 3/8” Nylon Borgmoer (21) en de 3/8” x 3 1/2” Bout (niet getoond) vast.

    Verwijder de 3 1/2” Katrol (15) als de Katrol al aan de Voorste Staander (42) gemonteerd is. Leg de Korte Kabel (23) rond de 3 1/2” Katrol. Maak de Katrol en de twee Katrol Kapjes (96) aan het bovenste gaat van de Voorste Staander vast met de 3/8” Nylon Klemmoer (92), de 3/8” Platte Tussenring (9) en de 3/8” x 3 3/4” Bout (88). **Zorg ervoor dat de Kabel goed rond de Katrollen ligt (bekijk tekening) en dat de brede lippen van de Katrol Kapjes zich in de zeven uur positie bevinden.**

20. Bevestig het eind van de Korte Kabel (23) aan het Lange “U”-Hoekijzer (57) met een 1/4” Nylon Borgmoer (2) en een 1/4” Platte Tussenring (10). **Draai de 1/4” Nylon Borgmoer nog niet te vast aan. Draai de Borgmoer alleen maar een paar keer op de Kabel.**



MONTAGE VAN DE KABEL

21. Bevestig de Middelste Kabel (58) aan het Kleine “U”-Hoekijzer (71) met een 1/4” Nylon Borgmoer (2) en een 1/4” Platte Tussenring (10). **Draai de 1/4” Nylon Borgmoer nog niet te vast aan. Draai de Borgmoer alleen maar een paar keer op de Kabel.**

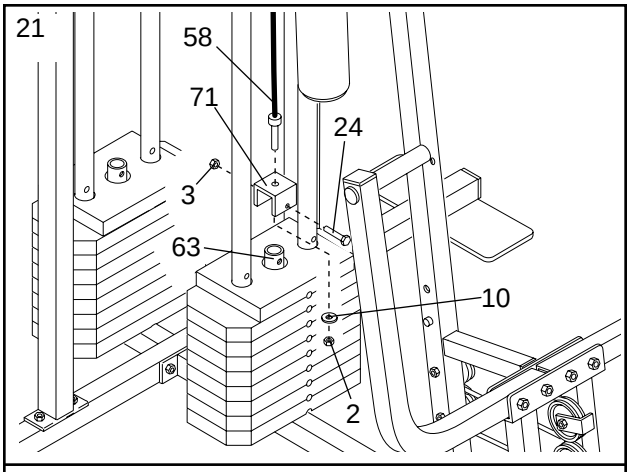
    Bevestig het Smalle “U”-Hoekijzer (71) op de aangegeven Gewichtsbuis (63) met een 5/16” x 1 3/4” Bout (24) en een 5/16” Nylon Borgmoer (3).

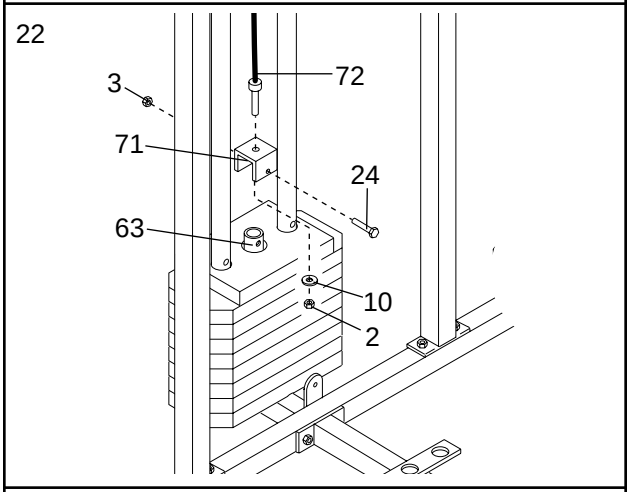
22. **Identificeer de Lange Kabel (72).** Maak de Lange Kabel aan het Smalle “U”-Hoekijzer (71) vast met een 1/4” Nylon Borgmoer en een 1/4” Platte Tussenring (10). **Draai de 1/4” Nylon Borgmoer nog niet te vast aan. Draai de Borgmoer alleen maar een paar keer op de Kabel.**

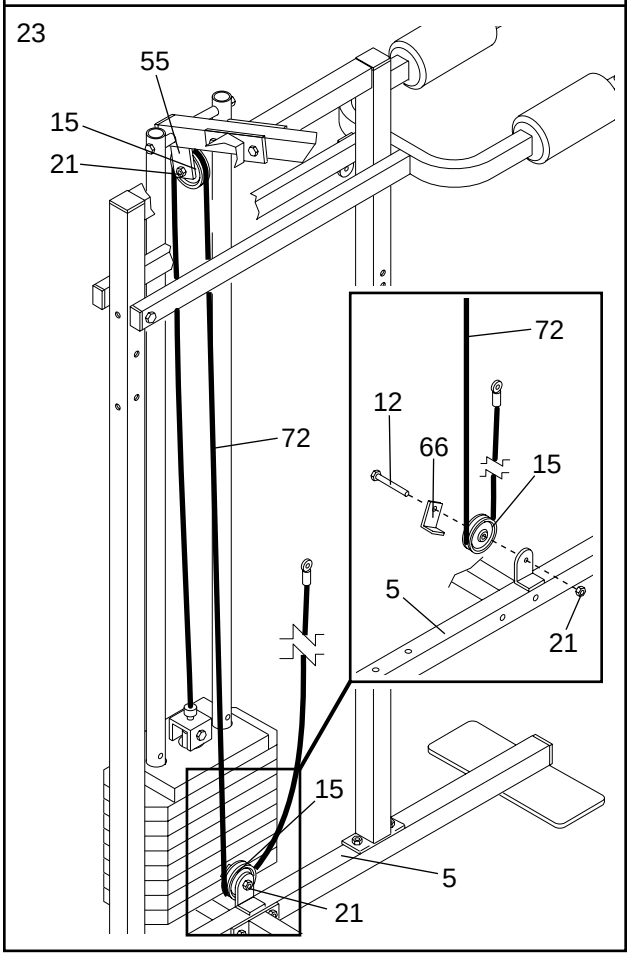
    Bevestig het Smalle “U”-Hoekijzer (71) op de aangegeven Gewichtsbuis (63) met een 5/16” x 1 3/4” Bout (24) en een 5/16” Nylon Borgmoer (3).

23. Leg de Lange Kabel (72) rond de 3 1/2” Katrol (15) van het Bovenste Onderstel (55). Draai de 3/8” Nylon Borgmoer (21) en de 3/8” x 2” Bout (niet getoond) vast.

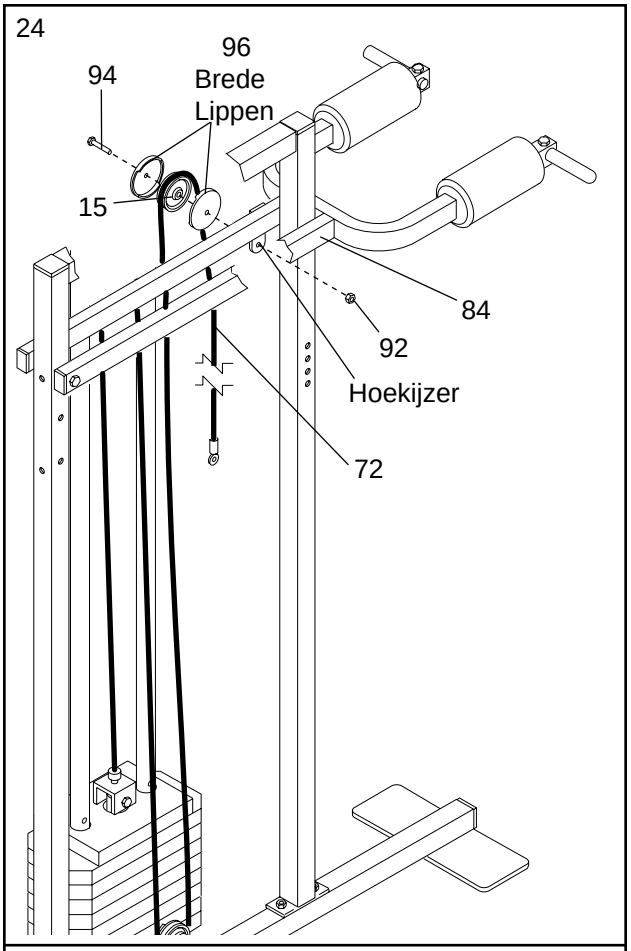
    Zie de tekening. Leg de Lange Kabel (72) rond de 3 1/2” Katrol (15). Maak de Katrol en de Kabelklem (66) aan het hoekijzer van de Stabilisator (5) vast met een 3/8” x 2” Bout (12) en een 3/8” Nylon Borgmoer (21). **Zorg ervoor dat de Kabelklem de Kabel op zijn plaats houdt.**





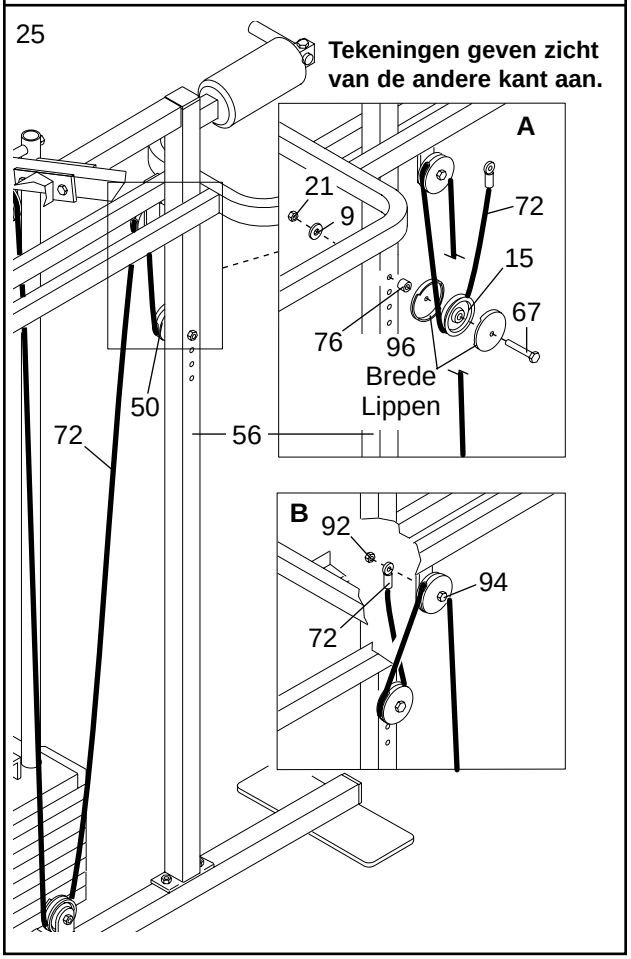


24. Leg de Lange Kabel (72) rond een 3 1/2” Katrol (15). Maak de Katrol en twee Katrol Kapjes (96) aan de Arm van de Hurkoefening (84) vast met de 3/8” x 2 1/4” Bout (94) en een 3/8” Nylon Klemmoer (92). **Zorg ervoor dat de 3/8” Nylon Klemmoer zich aan de getoonde kant bevindt en dat de brede lippen van de Katrol Kapjes zich in de twaalf uur positie bevinden.**

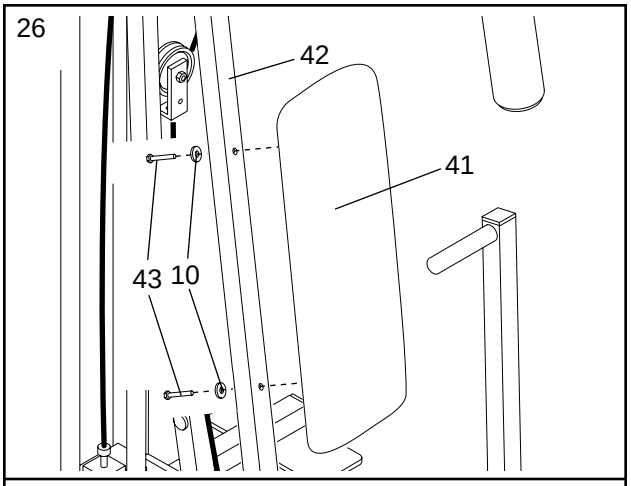


25. Bekijk tekening A. **Aandacht: De tekening geeft het zicht van de andere kant van de Staander van de Arm van de Hurkoefening (56) aan.** Leg de Lange Kabel (72) rond de 3 1/2” Katrol (15). Maak de Katrol en twee Katrol Kapjes (96) aan het bovenste gat van de Staander van de Arm van de Hurkoefening met de 3/8” x 5” Bout (67), de 5/8” x 3/8” Tussenstuk (76), een 3/8” Platte Tussenring (9), en een 3/8” Nylon Borgmoer (21). **Zorg ervoor dat de brede lippen van de Katrol Kapjes zich in de zes uur positie bevinden.**

Zie tekening B. **Aandacht: De tekening geeft het zicht van de andere kant van de Staander van de Arm van de Hurkoefening (56) aan.** Plaats het eind van de Lange Kabel (72) op de 3/8” x 2 1/4” Bout (94). Draai een 3/8” Nylon Klemmoer (92) op de Bout. **Draai de Klemmoer niet te vast aan. U moet wat ruimte laten tussen de twee Klemmoeren zodat de Kabel vrij kan blijven lopen.**



26. Maak de Rugleuning (41) aan de Voorste Staander (42) vast met twee 1/4” x 2 1/2” Schroeven (43) en twee 1/4” Platte Tussenringen (10).

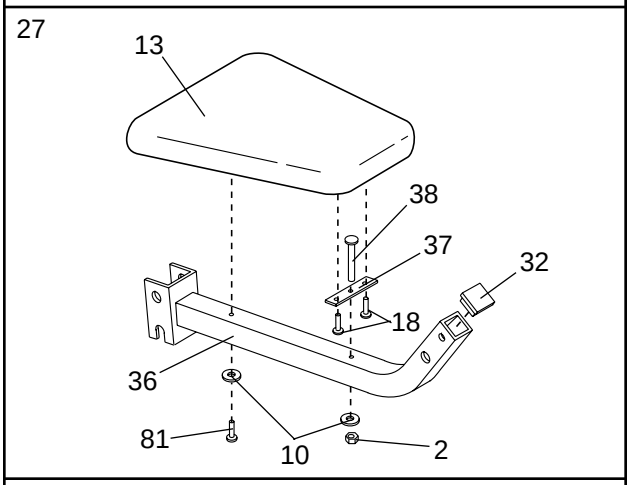


27. Steek een 1 1/2” Binnenkapje (32) in het Onderstel van de Zitting (36).

    Steek een 1/4” x 2” Draagbout (38) door het middelste gat van de Plaat van de Zitting (37) Maak de Plaat van de Zitting aan de Zitting vast met twee 1/4” x 3/4” Schroeven (18).

    Steek de 1/4” x 2” Draagbout (38) door het aangegeven gat in het Onderstel van de Zitting (36). Draai een 1/4” Nylon Borgmoer (20 met een 1/4” Platte Tussenring (10) op de Draagbout.

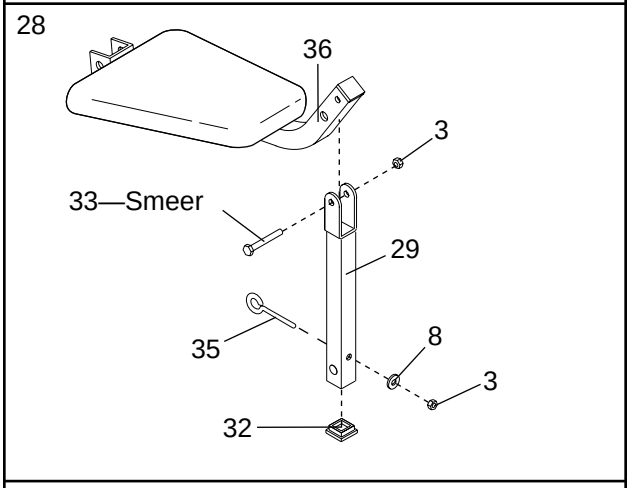
    Maak het andere eind van de Zitting (13) aan het Onderstel van de Zitting (36) vast met een 1/4” Platte tussenring (10) en een 1/4” x 2” Schroef (81).



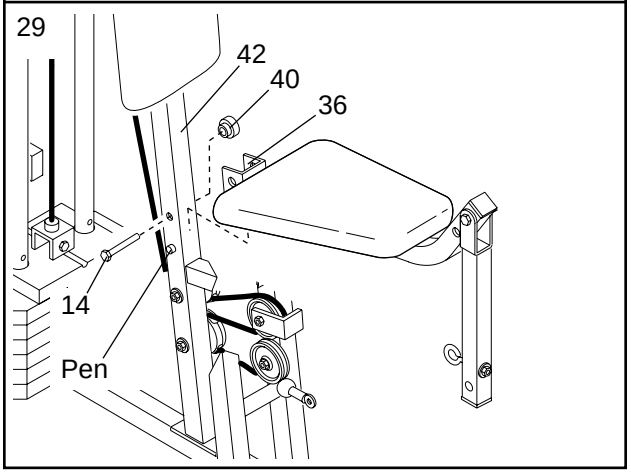
28. Steek een 1 1/2” Binnenkapje (32) in de Beenontwikkelaar (29).

    Smeer de 5/16” x 2 1/4” Bout (33) met wat vet in. Bevestig de Beenontwikkelaar (29) aan het Onderstel van Zitting (36) met de 5/16” x 2 1/4” Bout en een 5/16” Nylon Borgmoer (3).

    Steek een 5/16” x 2” Oogbout (35) in de Beenontwikkelaar (29) van de aangegeven kant. Draai een 5/16” Nylon Borgmoer (3) met een 5/16” Platte Tussenring (8) op de Oogbout.



29. Plaats het Onderstel van de Zitting (36) op de aangegeven pen van de Voorste Staander (42). Maak het Onderstel van Zitting aan de Voorste Staander vast met een 5/16” x 2 3/4” Draagbout (14) en de Knop van de Zitting (40).

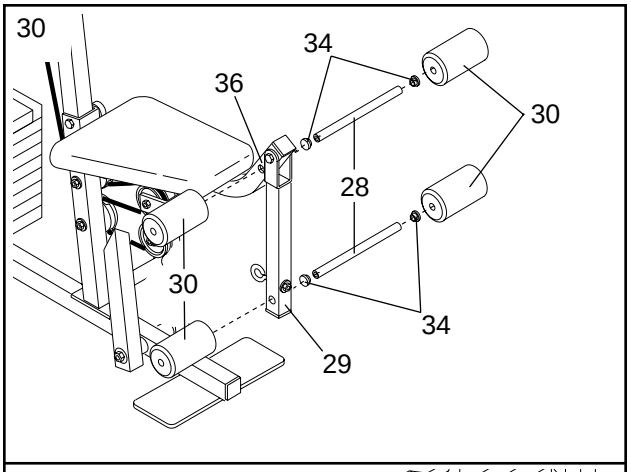


MONTAGE ZITTING

30. Steek twee 3/4” Ronde Binnenkapjes (34) in beide 13 1/2” Buizen (28).

    Steek een van de 13 1/2” Buizen (28) door het Onderstel van de Zitting (36). Schuif een 6” Schuimrubberen Kussentje op beide uiteinden van de Buis.

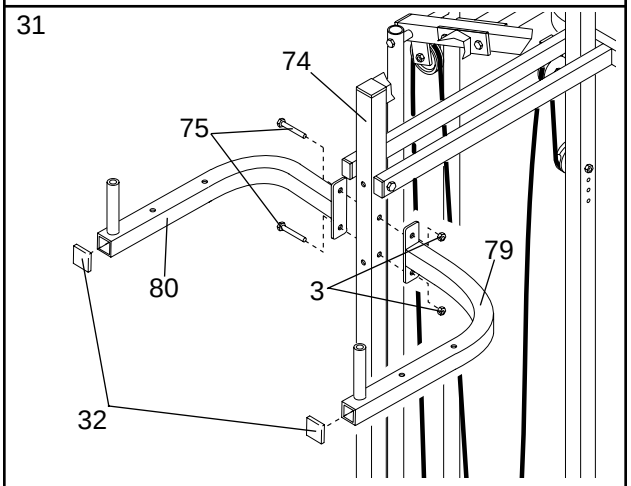
    Steek de andere 13 1/2” Buis (28) door de Beenontwikkelaar (29). Schuif een 6” Schuimrubberen Kussentje op beide uiteinden van de Buis.



MONTAGE VAN DE ELLEBOOGSTANG

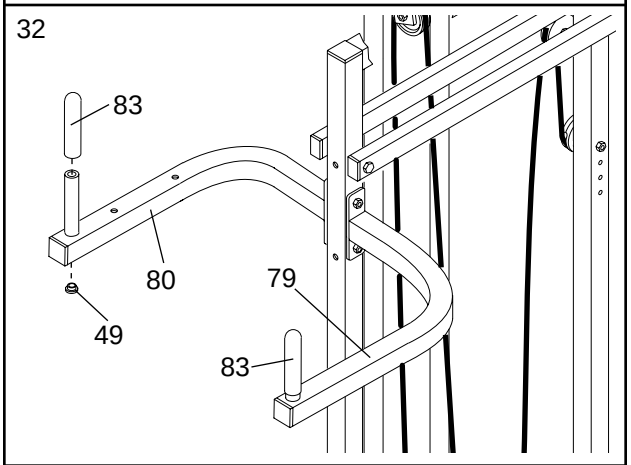
31. Steek 1 1/2” Binnenkapjes (32) in de einden van de Linker Arm van de Elleboogstang (79) en de Rechter Arm van de Elleboogstang (80).

    Maak de Linker Arm van de Elleboogstang (79) en de Rechter Arm van de Elleboogstang (80) aan de Staander van de Elleboogstang (74) vast met twee 5/16” x 3” Bouten (75) en twee 5/16” Nylon Borgmoeren (3).



32. Maak het handvat van de Rechter Arm van de Elleboogstang (80) met wat zeepwater nat. Schuif een 5” Plastic Handvat (8) op het handvat. Steek een 1” Rond Binnenkapje (49) in de onderkant van het handvat.

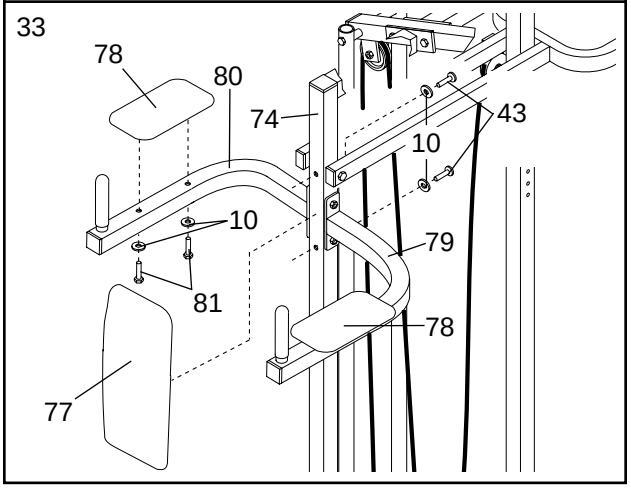
    Maak een 5” Plastic Handvat (83) en een 1” Rond Binnenkapje (49) op het handvat van de Linker Elleboogstang op dezelfde manier vast.



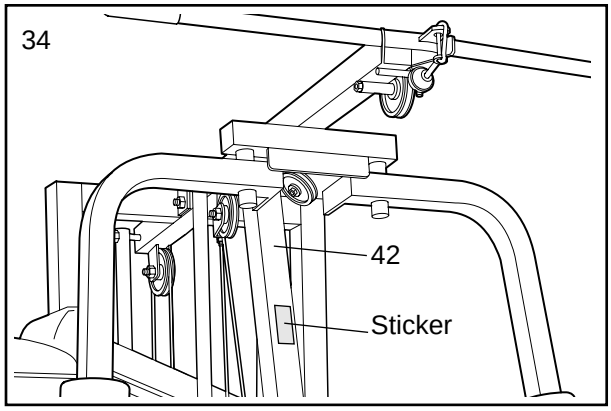
33. Maak een Armrust van de Elleboogstang (78) aan de Rechter Arm van de Elleboogstang (80) met twee 1/4” x 2” Schroeven (81) en twee 1/4” Platte Tussenringen (10).

    Maak een Armrust van de Elleboogstang (78) aan de Linker Arm van de Elleboogstang (79) op dezelfde manier vast.

    Maak de Rugleuning van de Elleboogstang (77) aan de Staander van de Elleboogstang (74) vast met twee 1/4” x 2 1/2” Schroeven (43) en twee 1/4” Platte Tussenringen (10).



34. Plak de sticker voor de 8530 op de aangegeven plaats van de Voorste Staander (43). Zorg ervoor dat de bovenste rand van de sticker zich tenminste 15 cm van de bovenkant van de Voorste Staander bevindt.



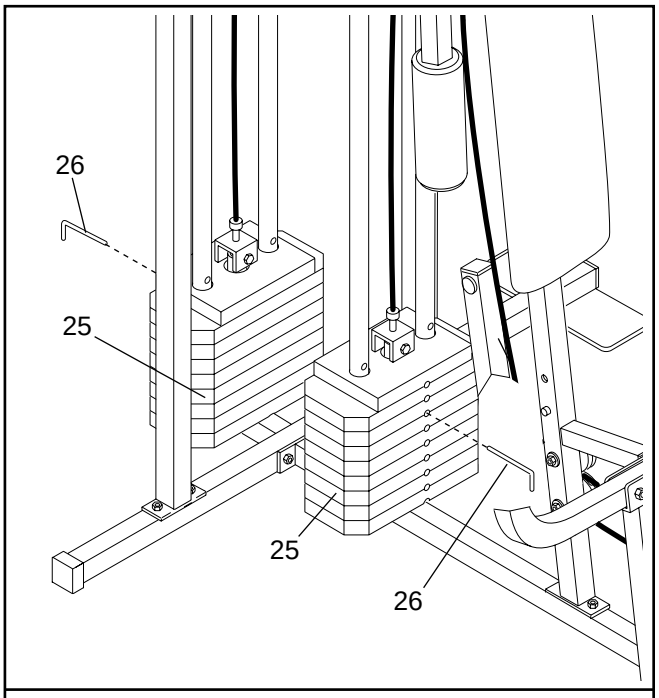
HET IN GEBRUIK NEMEN VAN HET HOME GYM SYSTEM

De volgende instructies leggen U uit hoe elk onderdeel van de weight system kan worden bijgesteld. **BELANGRIJK: Zorg ervoor dat de onderdelen zich in de goede startpositie bevinden voor de oefening die U wenst uit te voeren wanneer de rekstang of de nylon beugel gebruikt wordt. De doeltreffendheid van uw oefening zal verlaagt worden als er slapte in de kabel of ketting optreedt wanneer U een oefening uitvoert.**

DE GEWICHTSZETTING VERANDEREN

De WEIDER 8530 bevat twee stapels met gewichten. De voorste stapel is met de boven en onder katrollen, de drukarm, en de vlinderarmen verbonden. De achterste stapel met gewichten is met de hurkoefening verbonden.

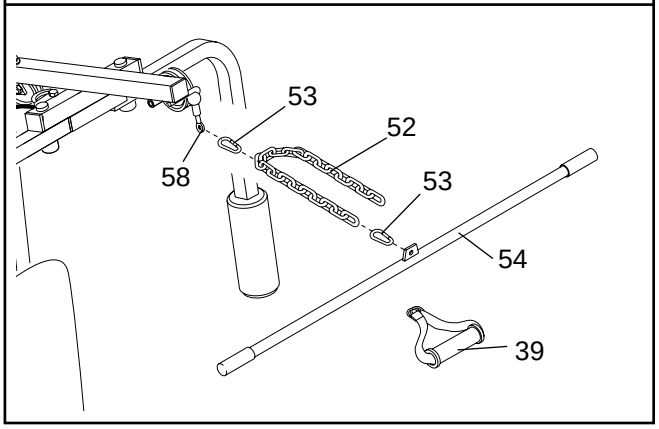
Om de gewichtszetting te veranderen, steek de Gewichtspen (26) onder het gewenste Gewicht (25). Zorg ervoor dat het gebogen gedeelte van de Pen tot aan de gewichtsstapel reikt, en draai het gebogen gedeelte omlaag. De gewichtszetting kan van 6,5 lbs tot 106,5 lbs worden veranderd, met 12,5 lbs opslag. **Aandacht: Door de kabels en de katrollen kan de werkelijke weerstand van elke oefenpositie wat van de gewichtszetting variëren. Bekijk de TABEL VOOR GEWICHTSWEERSTAND op pagina 17 om de weerstand van elke oefening te weten te komen.**



DE REKSTANG OF BEUGEL VASTMAKEN AAN DE HOGE KATROL POSITIE

Maak de Rekstang (54) met de Kabelclip (53) vast aan de Middelste Kabel (58). Om sommige oefeningen uit te voeren moet de Ketting (52) met twee Kabelclips tussen de Rekstang en Middelste Kabel bevestigt worden. **Stel de Ketting goed in tussen de Rekstang en de Middelste Kabel om de goede startpositie voor de oefening te garanderen**.

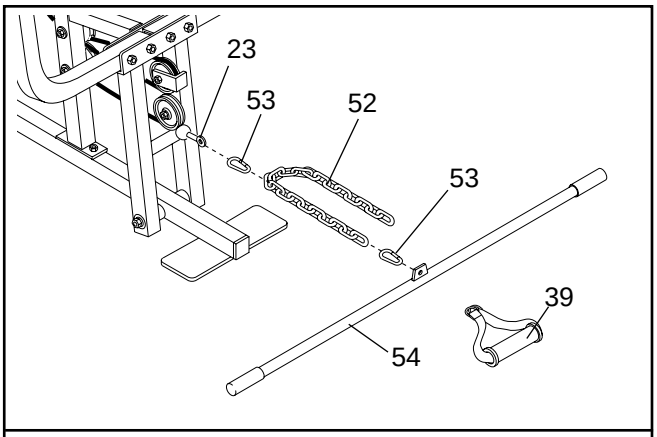
De Nylon Beugel (39) kan op gelijkmatige wijzen vastgemaakt worden.



DE REKSTANG OF BEUGEL VASTMAKEN AAN DE ONDER KATROL POSITIE

Maak de Rekstang (54) met de Kabelclips (53) vast aan de Korte Kabel (23). Om sommige oefeningen uit te voeren moet de Ketting (52) met twee Kabelclips tussen de Rekstang en Korte Kabel bevestigt worden. **Stel de Ketting goed in tussen de Rekstang en de Korte Kabel om de goede startpositie voor de oefening te garanderen**.

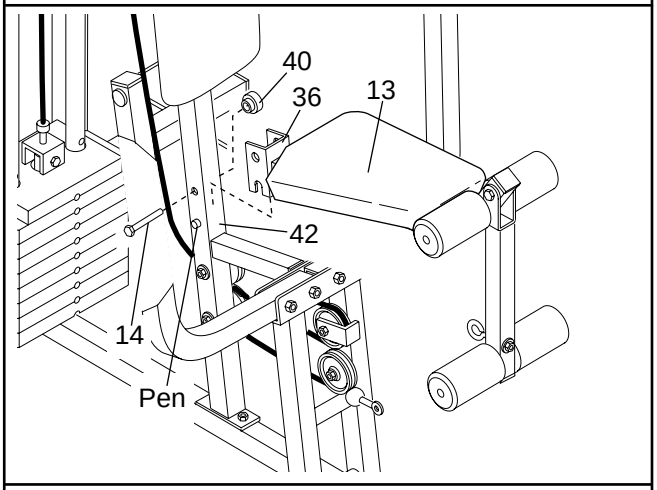
De Nylon Beugel (39) kan op gelijkmatige wijzen vastgemaakt worden.



HET PLAATSEN EN HET VERWIJDEREN VAN DE ZITTING

Plaats het hoekijzer van het Onderstel van de Zitting (36) op de aangegeven pennen van de Voorste Staander (42). Maak het Onderstel van de Zitting aan de Voorste Staander vast met de 5/16" x 2 3/4" Draagbout (14) en de Knop van de Zitting (40).

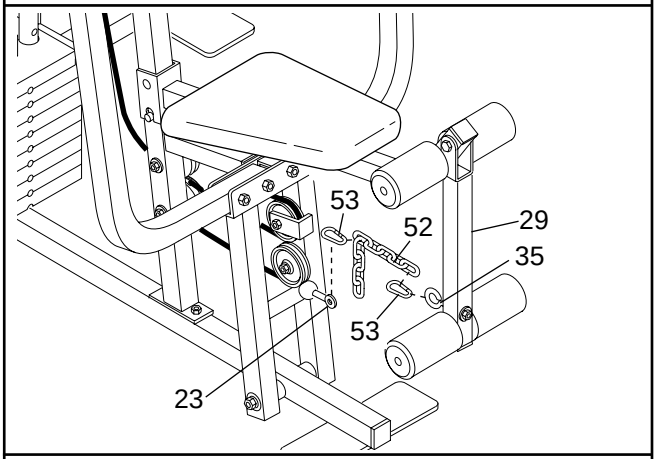
Voor sommige oefeningen, moet de Zitting (13) verwijderd worden. Om de zitting te verwijderen, moet U eerst zorgen dat de ketting niet aan de been ontwikkelaar vast zit. Vervolgens, verwijdert U de Knop (40) en de 5/16" x 2 3/4" Draagbout (14) van het Onderstel van de Zitting (36), en til het Onderstel van de Zitting van de Voorste Staander (42) af.



HET VASTMAKEN VAN DE BEENONTWIKKELAAR AAN DE LAGE KATROL POSITIE.

Om de Beenontwikkelaar (29) te gebruiken, moet de zitting vast worden gemaakt aan de voorste staander (zie HET PLAATSEN EN HET VERWIJDEREN VAN DE ZITTING hierboven).

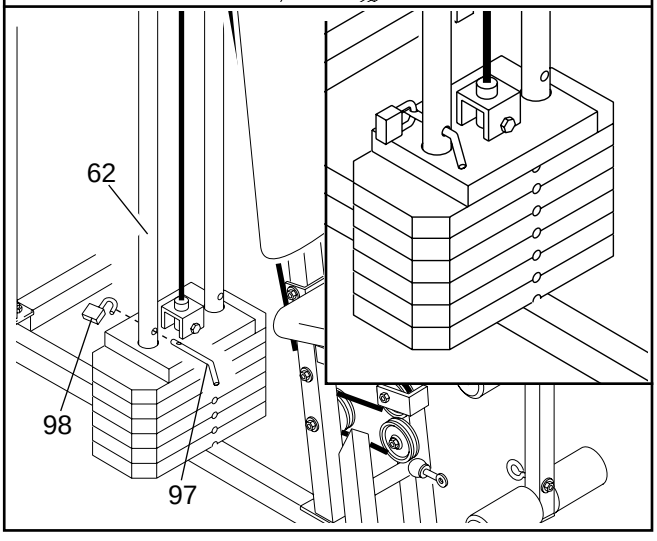
Maak het ene eind van de Ketting (52) aan de Korte Kabel (23) met een Kabelclip (53) vast. Maak het andere eind van de Ketting met een Kabelclip aan de Oogbout (35) vast.



HET AFSLUITEN VAN DE GEWICHTSSTAPEL

Wanneer u de home gym system niet gebruikt, sluit dat het apparaat met de Sluitpennen (97) en het Slotten (98) af. Steek een van de Sluitpennen door een van de Lange Gewichtsgeleider (62). Plaats een van de Slotten op de Sluitpen.

Bevestig op delzelfde manier de overgebleven Sluitpen (97) en Slot (98) aan een van de Korte Gewichtsgeleiders (niet getoond).



TABEL VOOR GEWICHTSWEERSTAND

Deze kaart geeft de weerstand van iedere oefening aan. “Top” is het bovenste gewicht van 6,5 lbs. De nummers geven de gewichtsplaten van 12,5 lbs aan. De weerstand van de vlinderfiguur is voor iedere arm. Aandacht: De weerstand van elke oefening kan wat door de plaat of de vrijving van de kabels, de katrollen en de gewichtsgeleider afhangen.

GEWICHT PLAAT	DRUKFIGUUR (lbs.)	VLINDERARM (lbs.)	BEENONT. (lbs.)	KATROL BOVEN (lbs.)	KATROL ONDER (lbs.)	HURK-OEFENING (lbs.)
Bovenste	20	10	15	14	24	31
1	45	22	36	28	54	52
2	70	33	54	44	82	75
3	99	42	75	60	115	101
4	128	48	96	72	147	114
5	153	60	115	90	175	136
6	184	69	137	103	209	157
7	204	79	146	126	223	174
8	247	91	176	138	269	194

OPLOSSEN VAN PROBLEMEN EN ONDERHOUD

Inspecteer en draai alle onderdelen vast bij elk gebruik van het gewicht systeem. Vervang versleten onderdelen meteen. De oppervlakten van het gewicht systeem kunnen schoongemaakt worden door een natte doek en een zacht schoonmaakmiddel te gebruiken. Gebruik geen schuurmiddel.

KABELS AANSPANNEN

De gevlochten kabel, het type kabel dat het gewicht systeem gebruikt, kan wat uitstrekken wanneer die voor het eerst wordt gebruikt. U moet de kabels aanspannen wanneer er slapheid in de kabels bestaat.

Het bijstellen van de Middelste en de Korte Kabels

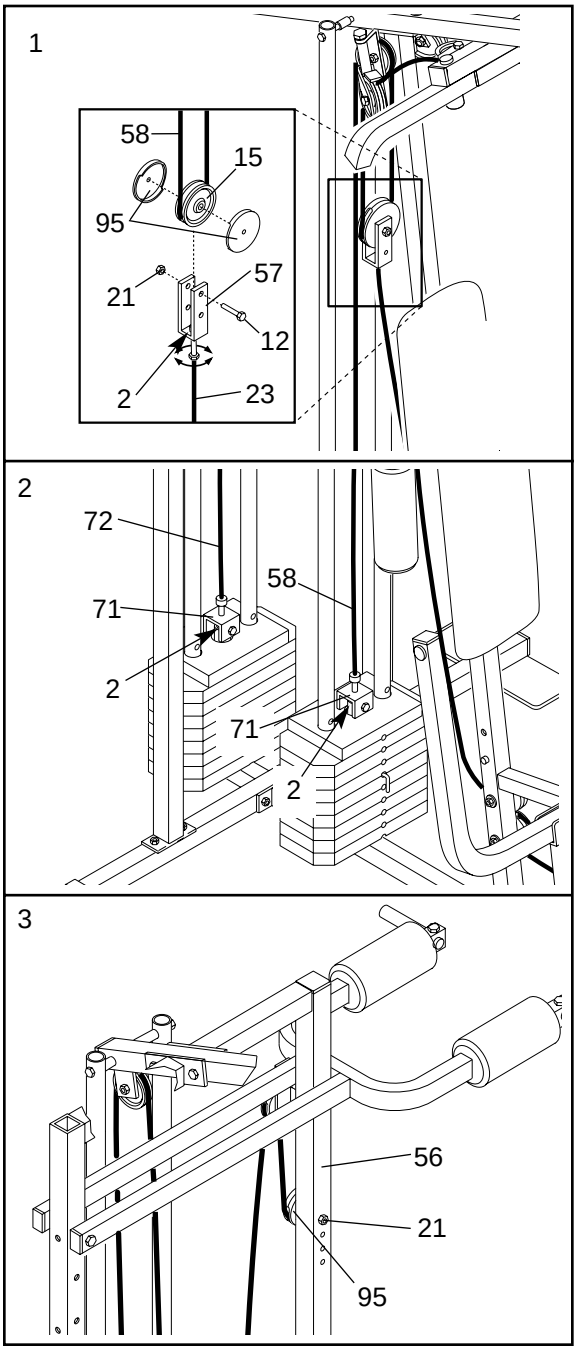
U zult de Korte (23) en de Middelste Kabel (58) moet aanspannen wanneer er wat slapheid in de Kabels bestaat tijdens het gebruik van de voorste stapel met gewichten. Steek de pen onder het middelste gewicht van de stapel met gewichten. U kunt op drie verschillende manieren de kabels bijstellen:

- Zie tekening 1. Draai de 1/4” Nylon Borgmoer (2) die het eind van de Korte Kabel (23) aan het Lange “U”-Hoekijzer (57) verbind vast.
- Zie tekening 1. Verplaats de 3 1/2” Katrol (15) aan het andere gaat van het Lange “U”-Hoekijzer (57). Verwijder de 3/8” Nylon Borgmoer (21) en de 3/8” x 2” Bout (12) van de Katrol Kapjes (96), Katrol, en het Lange “U” Hoekijzer. Maak de Katrol Kapjes en de Katrol weer vast. Zorg ervoor dat de katrol Kapjes zich in de goede positie bevinden en dat de Kabel en de Katrol vrij kunnen bewegen.
- Zie tekening 2. Draai de 1/4” Nylon Borgmoer (2) dat het eind van de Middelste Kabel (58) en het Smalle “U”-Hoekijzer (71) verbind.

Het Bijstellen van de Lange kabel

U zult de Lange Kabel (72) moet aanspannen wanneer er slapheid bestaat in de kabel tijdens het gebruik van de achterste stapel met gewichten. U kunt de gewichten op de volgende wijzen de Kabel bijstellen:

- Zie tekening 2. Draai de 1/4” Nylon Borgmoer (2) dat het eind van de Lange Kabel (58) en het Smalle “U”-Hoekijzer (71) verbind.
- Zie tekening 3. Verplaats de 3 1/2” Katrol (15) aan een andere gaat van de Staander van de Arm van de Hurkoefening (56). Verwijder de 3/8” Nylon Borgmoer (21) en de 3/8” x 5” Bout (niet getoond) van de Katrol Kapjes (96), Katrol. Maak de Katrol en Katrol Kapjes weer goed vast. Zorg ervoor dat de katrol Kapjes zich in de goede positie bevinden en dat de Kabel en de Katrol vrij kunnen bewegen.

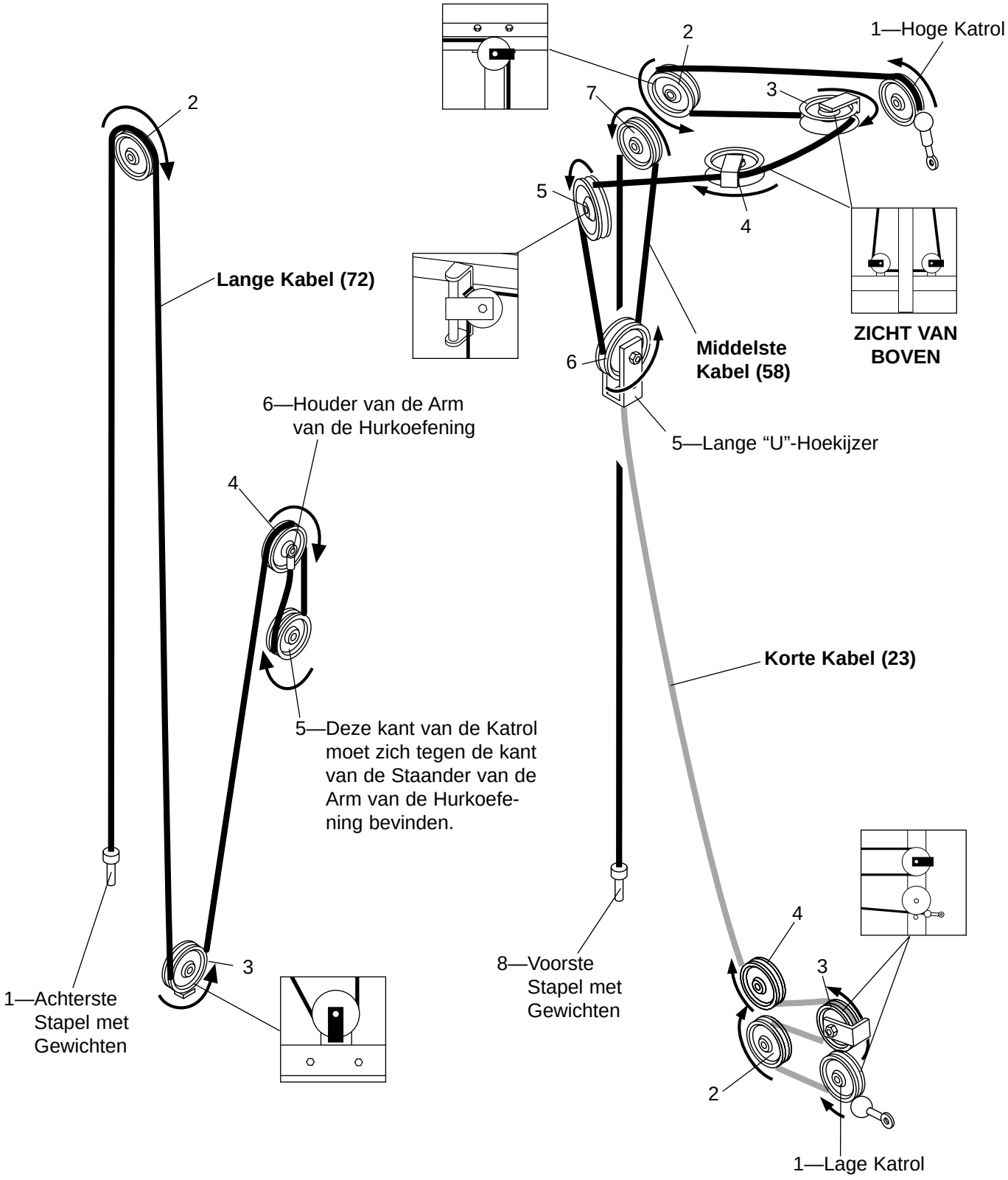


Aandacht: Inspecteer alle kabel voor ieder gebruik van dit apparaat. De kabels kunnen zich verdraaien wanneer deze vaak van de katrollen glijden. Inspecteer de kabels voor elk gebruik. Verwijder de Kabel en leg het weer terug in de katrollen.

Als de kabels vervangen moeten worden, neem dan contact op met de winkel waar u dit apparaat gekocht hebt. **Vervang de kabels iedere twee jaar.**

DIAGRAM VAN DE KABELS

De diagram van de kabels geeft de goede ligging van de Lange Kabel (72), de Middelste Kabel (58) en de Korte Kabel (23) aan. Gebruik deze diagram om ervoor te zorgen dat de drie kabels en kabelklemmen goed gemonteerd zijn. Uw apparaat kan schaden oplopen als de kabels niet goed liggen op lopen. De kleine tekeningen geven de goede posities van de kabelklemmen aan. De kabelklemmen moeten zodanig goed liggen dat de kabels niet van de katrollen kunnen lopen. **Zorg ervoor dat de kabelklemmen de kabels niet raken of vastbinden.**



HET BESTELLEN VAN VERVANG ONDERDELEN

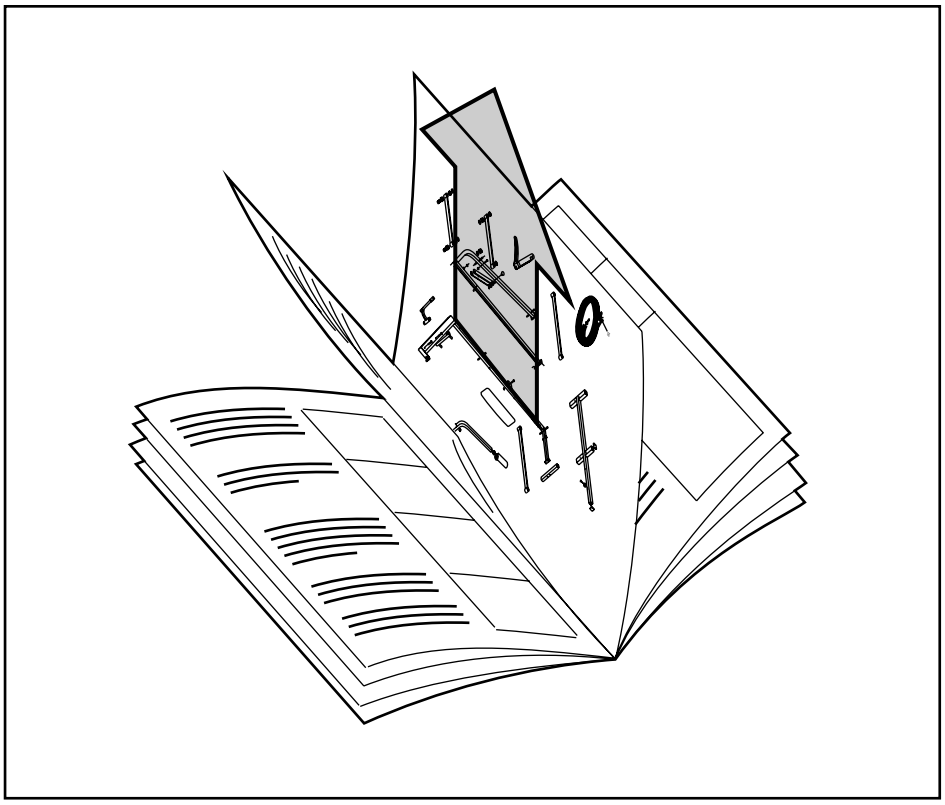
Om vervang onderdelen voor uw loopband te bestellen, neem dan a.u.b. contact op met de winkel waar u dit apparaat hebt gekocht.

Zorg ervoor dat u de volgende informatie bij de hand hebt:

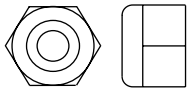
- Het MODELNUMMER van het produkt (WESY87300).
- De NAAM van het produkt (WEIDER® 8530 Home Gym System).
- Het SERIENUMMER van het produkt (zie de eerste pagina van deze handleiding).
- Het ONDERDEELNUMMER van het onderdeel (zie de GEDETAILLEERDE TEKENING en de ONDERDELEN LIJST die zich in deze handleiding bevinden)
- De BESCHRIJVING van het onderdeel (zie de GEDETAILLEERDE TEKENING en de ONDERDELEN LIJST die zich in deze handleiding bevinden).

 WEIDER is een merk van ICON Health & Fitness, Inc. © 2000 Gedrukt in CANADA

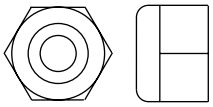
REMOVE THIS PART LIST/EXPLODED DRAWING FROM THE MANUAL!



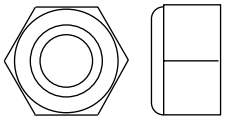
De montage bevat 5 verschillende stappen: 1) montage van het onderstel, 2) montage van de druk- en vlinderarm, 3) montage van de kabel en katrol, 4) montage van de zitting en rugleuning, en 5) montage van de elleboogstang. De moeren en bouten voor iedere stap zijn apart verpakt. WACHT TOTDAT U MET EEN SPECIFIEKE MONTAGE STAP BEGINT VOORDAT U MET DE ZAK MET ONDERDELEN OPEN MAAKT.



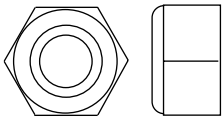
1/4" Nylon Borgmoer (2)



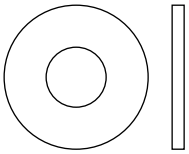
5/16" Nylon Borgmoer (3)



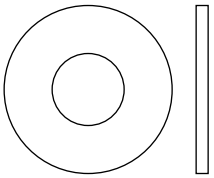
3/8" Nylon Borgmoer (21)



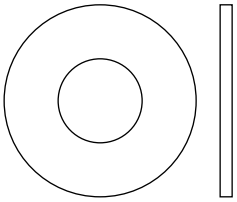
3/8" Nylon Klemmoer (92)



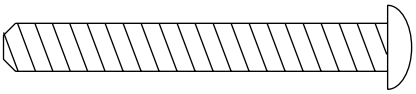
1/4" Platte Tussenring (10)



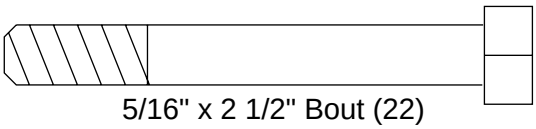
5/16" Platte Tussenring (8)



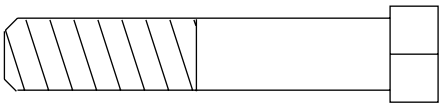
3/8" Platte Tussenring (9)



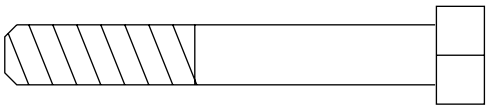
1/4" x 2" Schroef (81)



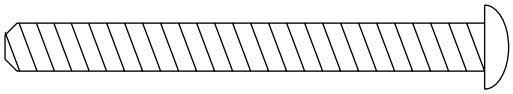
5/16" x 2 1/2" Bout (22)



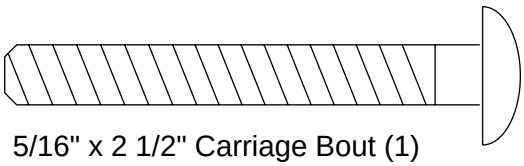
3/8" x 2" Bout (12)



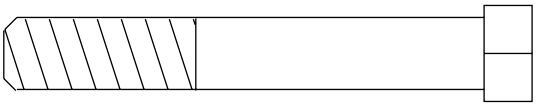
5/16" x 2 1/4" Bout (33)



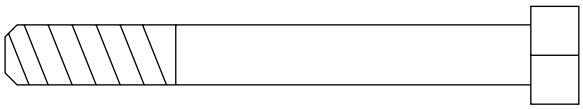
1/4" x 2 1/2" Schroef (43)



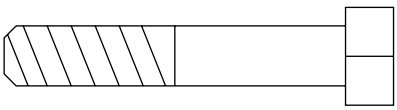
5/16" x 2 1/2" Carriage Bout (1)



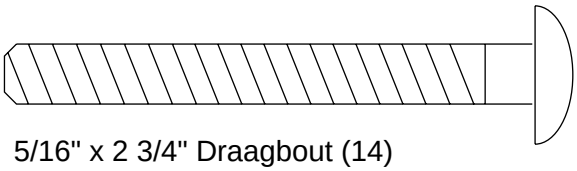
3/8" x 2 1/2" Bout (86)



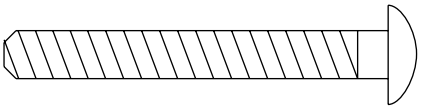
5/16" x 2 3/4" Bout (11)



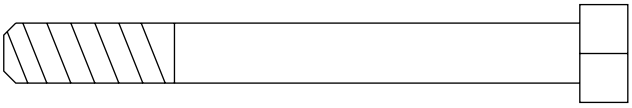
5/16" x 1 3/4" Bout (24)



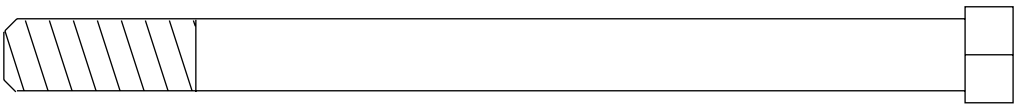
5/16" x 2 3/4" Draagbout (14)



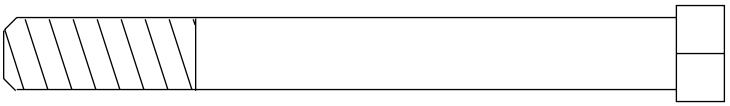
1/4" x 2" Draagbout (38)



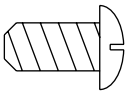
5/16" x 3" Bout (75)



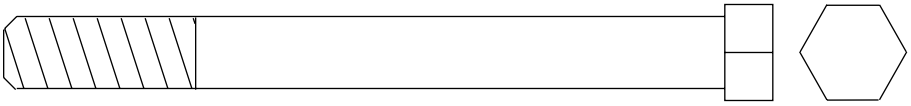
3/8" x 5" Bout (67)



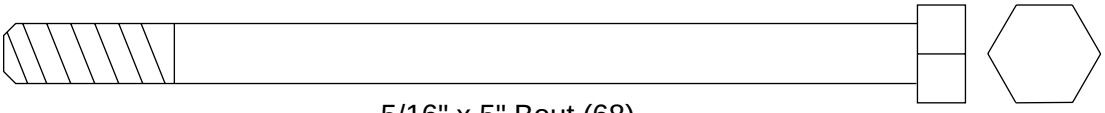
3/8" x 3 1/2" Bout (16)



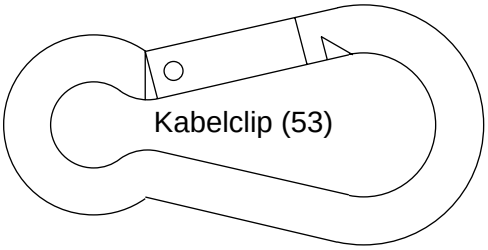
1/4" x 3/4" Schroef (18)



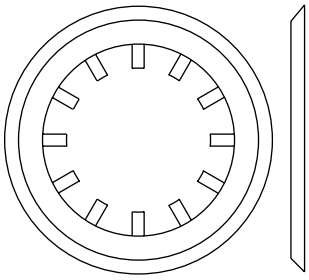
3/8" x 3 3/4" Bout (88)



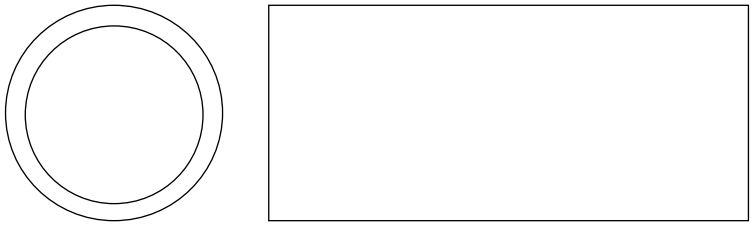
5/16" x 5" Bout (68)



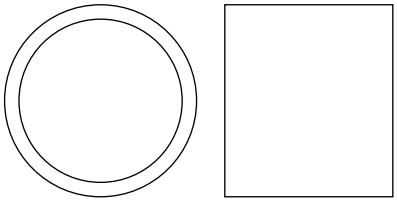
Kabelclip (53)



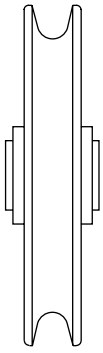
1" Sterring (69)



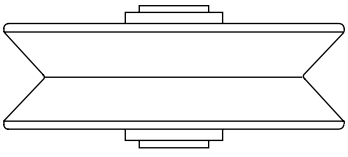
1 1/8" x 2 1/2" Plastic Beschermer (89)



1" x 7/8" Plastic Beschermer (90)

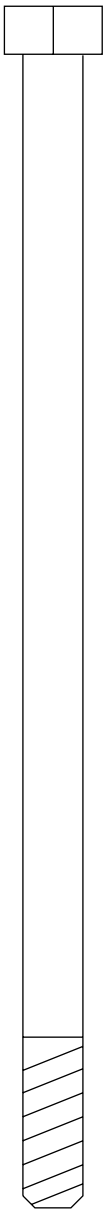


3 1/2" Katrol (15)
(Niet op Schaal)

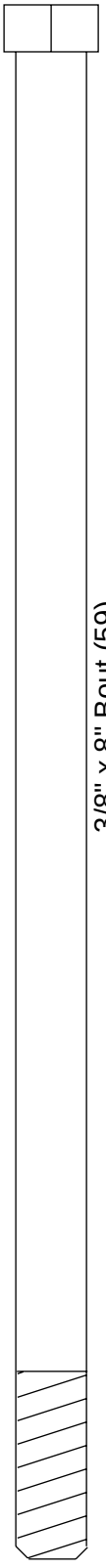


"V"-Katrol (50)
(Niet op Schaal)

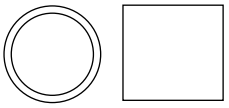
3/8" x 5 1/2" Bout (93)



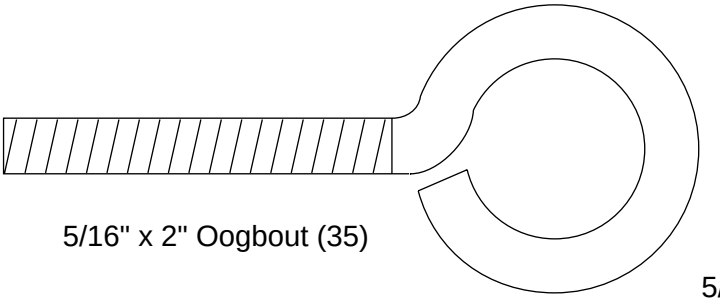
5/16" x 6" Bout (60)



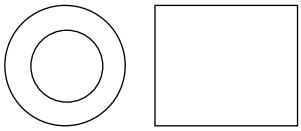
3/8" x 8" Bout (59)



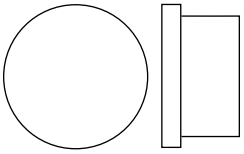
1/2" x 17/32" Tussenstuk (91)



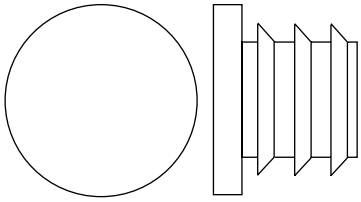
5/16" x 2" Oogbout (35)



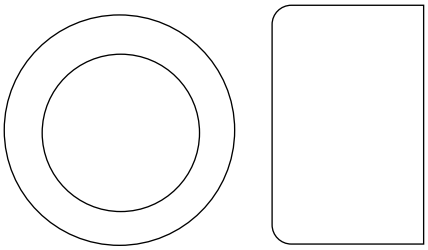
5/8" x 5/8" Tussenstuk (76)



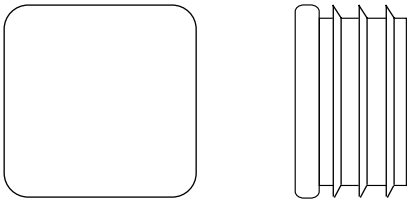
3/4" Rond Binnenkapje (34)



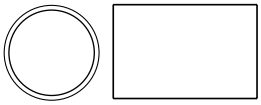
1" Rond Binnenkapje (49)



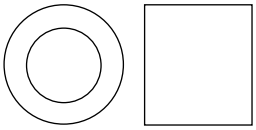
1" Rond Kapje (70)



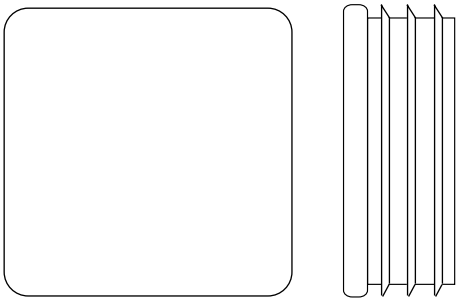
1" Binnenkapje (6)



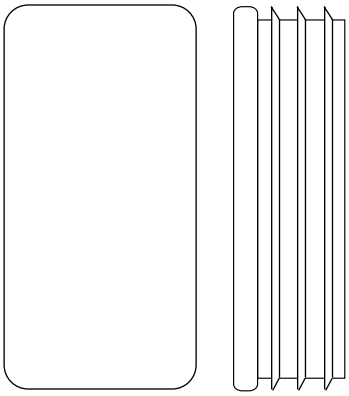
1/2" x 3/4" Tussenstuk (61)



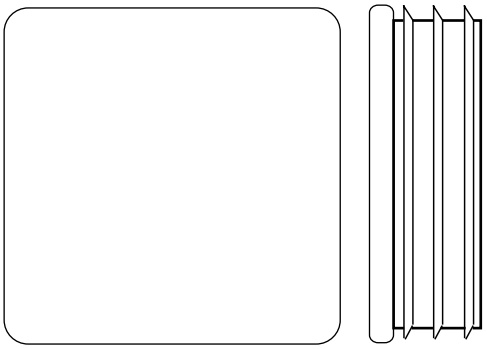
5/8" x 9/16" Tussenstuk (7)



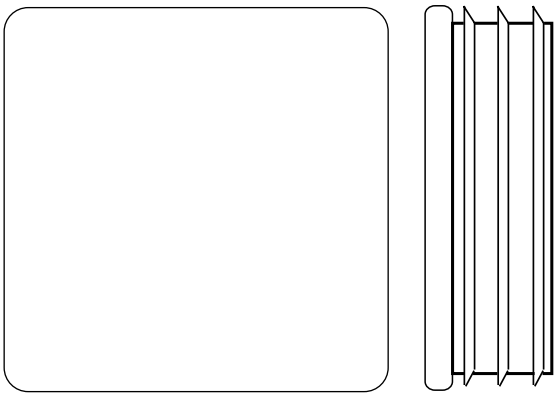
1 1/2" Binnenkapje (32)



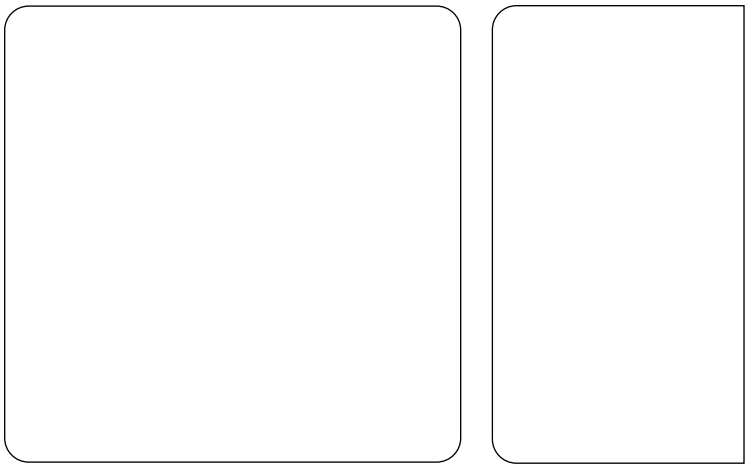
1" x 2" Binnenkapje (87)



1 3/4" Binnenkapje (44)

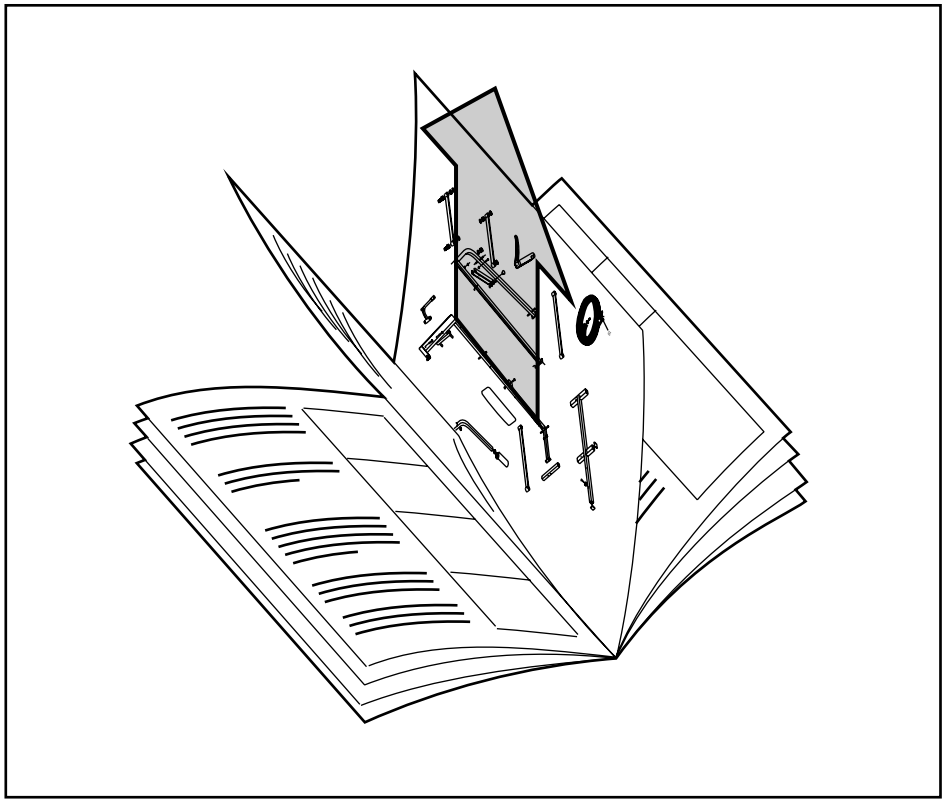


2" Binnenkapje (27)



2" Buitenkapje (51)

VERWIJDER DE ONDERDELEN LIJST/ GEDETAILLEERDE TEKENING UIT DEZE HANDLEIDING!



ONDERDELEN LIJST—Modelnr. WESY87300

R0600A

Onderdeel Nr.	Aantal	Beschrijving
1	6	5/16” x 2 1/2” Draagbout
2	4	1/4” Nylon Borgmoer
3	27	5/16” Nylon Borgmoer
4	1	Basis
5	1	Stabilisator
6	1	1” Binnenkapje
7	1	5/8” x 9/16” Tussenstuk
8	9	5/16” Platte Tussenring
9	5	3/8” Platte Tussenring
10	13	1/4” Platte Tussenring
11	6	5/16” x 2 3/4” Bout
12	5	3/8” x 2” Bout
13	1	Zitting
14	1	5/16” x 2 3/4” Draagbout
15	11	3 1/2” Katrol
16	1	3/8” x 3 1/2” Bout
17	1	Onderstel van het Drukfiguur
18	2	1/4” x 3/4” Schroef
19	4	Gewichtsbumper
20	1	Hoekijzer van de Katrol
21	14	3/8” Nylon Borgmoer
22	6	5/16” x 2 1/2” Bout
23	1	Korte Kabel
24	2	5/16” x 1 3/4” Bout
25	16	Gewicht
26	2	Gewichtspen
27	5	2” Binnenkapje
28	2	13 1/2” Buis
29	1	Beenontwikkelaar
30	4	6” Schuimrubberen Kussentje
31	3	Lange Kabelklem
32	4	1 1/2” Binnenkapje
33	1	5/16” x 2 1/4” Bout
34	4	3/4” Rond Binnenkapje
35	1	5/16” x 2” Oogbout
36	1	Onderstel van de Zitting
37	1	Plaat voor de Zitting
38	1	1/4” x 2” Draagbout
39	1	Nylon Beugel
40	1	Knop van de Zitting
41	1	Rugleuning
42	1	Voorste Staander
43	4	1/4” x 2 1/2” Schroef
44	6	1 3/4” Binnenkapje
45	2	10” Schuimrubberen Kussen
46	2	Drukarm
47	1	Linker Arm
48	1	Rechter Arm
49	6	1” Rond Binnenkapje
50	3	“V”-Katrol
51	2	2” Buitenkapje
52	1	Ketting
53	2	Kabelclip
54	1	Rekstang
55	1	Bovenste Staander
56	1	Staander van de Arm van de Hurkoefening
57	1	Lange “U” Hoekijzer
58	1	Middelste Kabel
59	1	3/8” x 8” Bout
60	2	5/16” x 6” Bout
61	4	1/2” x 3/4” Tussenstuk
62	2	Lange Gewichtsgeleider
63	2	Gewichtsbuis
64	2	Gewichtsbuisbumper
65	2	Bovenste Gewicht
66	3	Kabelklem
67	1	3/8” x 5” Bout
68	1	5/16” x 5” Bout
69	4	1” Sterring
70	2	1” Rond Kapje
71	2	Kleine “U” Hoekijzer
72	1	Lange Kabel
73	2	Korte Gewichtsgeleider
74	1	Staander van de Elleboogstang
75	2	5/16” x 3” Bout
76	1	5/8” x 7/8” Tussenstuk
77	1	Rugleuning van de Elleboogstang
78	2	Armrust van de Elleboogstang
79	1	Linker Arm van de Elleboogstang
80	1	Rechter Arm van de Elleboogstang
81	5	1/4” x 2” Schroef
82	2	Handvat
83	8	5” Plastic Handvat
84	1	Arm van de Hurkoefening
85	2	Schuimrubberen Kussentje van de Hurkoefening
86	3	3/8” x 2 1/2” Bout
87	2	1” x 2” Binnenkapje
88	4	3/8” x 3 3/4” Bout
89	2	1 1/4” x 2 1/2” Plastic Beschermer
90	2	1” x 7/8” Plastic Beschermer
91	2	1/2” x 17/32” Tussenstuk
92	4	3/8” Klemmoer
93	1	3/8” x 5 1/2” Bout
94	1	3/8” x 2 1/4” Bout
95	1	3 1/2” Lage Katrol
96	10	Katrol Kapje
97	2	Sluitpen
98	2	Slot
99	2	1” Binnenkapje
#	1	Gebruikershandleiding

Attentie: “#” wijst een niet geïllustreerd onderdeel aan. Specificaties kunnen zonder kennisgeving worden veranderd.

GEDETAILLEERDE TEKENING—Modelnr. WESY87300

R0600A